بســـم الله الرحمن الرحيم

جــامعة أم القــرى

كلية التربية بمكة المكرمة

الدراسات العليا

نموذج (٨)

إجازة أطروحة علمية في صياغتها النهائية بعد إجراء التعديلات

الاسم: (رباعي): مروان بن علي نافع المحمدي / كلية التربية – قسم علم النفس

الأطروحة مقــدمة لنيل درجــــة: (الماجستير) في تخصـــــص (إرشاد نفسي)

عنوان الأطروحة: (الأفكار العقلانية وغير العقلانية وعلاقتها بوجهتي الضبط الداخلي – الخارجي لدى عينة من طلاب كلية المعلمين بمحافظة جدة).

الحمـــد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف المرسلين وعلى آله وصحبه وبعد...

فبناء على توصية اللجنة المكونة لمناقشة الأطروحة المذكورة عالية والتي تمت مناقشــتها بتـاريخ ١٤٢٤/١١/١١هــــ بقبــول الأطروحة بعد إجراء التعديلات المطلوبة وحيث قد تم عمل اللازم، فإن اللجنة توصي بإجــازة الأطروحـــة في صيغتها النهائية المرفقة كمتطلب تكميلي للدرجة العلمية المذكورة أعلاه..

والله الموفق،،،،

أعضـــاء اللجنـــة

المشـــرف:–	مناقش داخلي :–	مناقش خارجي :–
الاسم: د. محمد بن جعفر جمل الليل	الاسم: د. محمد بن حسن عبد الله	الاسم: أ. د. محمد بن حمزة السليماني
التوقيع:	التوقيع:	التوقيع:

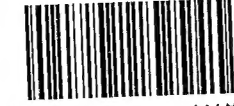
يعتمـــــــد

رئيس قسم علم النفس

د. جمــال قــزاز

التوقيع:

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم العالي
جامعة أم القرى
كلية التربية – قسم علم النفس





الأفكار العقلانية وغير العقلانية وعلاقتها بوجهتي الضبط الداخلي - الخارجي

لدى عينة من طلاب كلية المعلمين بمحافظة جدة

إعداد
مروان بن علي نافع المحمدي

إشراف
الدكتور/ محمد بن جعفر جمل الليل

دراسة مقدمة لقسم علم النفس كلية التربية بجامعة أم القرى
متطلب تكميلي لنيل درجة الماجستير في علم النفس (الإرشاد النفسي)

الفصل الدراسي الأول ١٤٢٤هـ


بسم الله الرحمن الرحيم

ملخص الدراسة

عنوان الدراسة: الأفكار العقلانية وغير العقلانية وعلاقتها بوجهتي الضبط الداخلي - الخارجي لدى عينة من طلاب كلية المعلمين بمحافظة جدة.

أهداف الدراسة:

١- معرفة مدى انتشار الأفكار العقلانية وغير العقلانية لدى طلاب كلية المعلمين.

٢- الكشف عن طبيعة العلاقة بين الأفكار (العقلانية وغير العقلانية) وجهتي الضبط (الداخلي والخارجي).

٣- معرفة الفروق بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في الأفكار العقلانية وغير العقلانية.

أدوات الدراسة:

١- مقياس الأفكار العقلانية وغير العقلانية ، إعداد الريحاني (١٩٨٥).

٢- مقياس وجهة الضبط -الداخلي - الخارجي. إعداد بن سيديا (١٩٨٦).

عينة الدراسة: تم إجراء الدراسة على عينة مكونة من ٢٤٣ طالباً من طلاب كلية المعلمين بمحافظة جدة من مختلف التخصصات والمستويات الأكاديمية وتم تطبيق أدوات الدراسة في الفصل الثاني من العام الجامعي ١٤٢٣هـ.

الأسلوب الإحصائي:

استخدام الباحث النسب المئوية ومعامل ارتباط بيرسون واختبار (t-test) للتعرف على الفروق بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في الأفكار العقلانية وغير العقلانية.

نتائج الدراسة:

أسفرت نتائج الدراسة عن ما يلي:

أ- انتشار بعض الأفكار غير العقلانية لدى عينة الدراسة وهي:

١- طلب الاستحسان من الجميع
٢- التهور الانفعالي
٣- القلق الزائد
٤- تجنب الصعوبات والمسئوليات.
٥- الاعتماد على الآخرين.
٦- ابتغاء الحلول الكاملة.
٧- الجدية والرسمية في التعامل مع الآخرين

ب- وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائية عند مستويي (٠,٠٥) وَ (٠,٠١) لمعظم الأفكار غير العقلانية ووجهة الضبط الخارجي عدا الفكرتين رقم (٦ ، ٩)

ج- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي. وكانت لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي في الأفكار التالي:

١- طلب الاستحسان من الجميع
٢- اللوم القاسي للذات والآخرين
٣- توقع الكوارث.
٤- التهور الانفعالي
٥- تجنب الصعوبات المسئوليات.
٦- الاعتماد على الآخرين.
٧- الجدية والرسمية في التعامل مع الآخرين.
٨- الشعور بالعجز.

د- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي والخارجي في الأفكار التالية:

١- القلق الزائد.
٢- الانزعاج لمشاكل الآخرين.
٣- ابتغاء الحلول الكاملة.

هـ- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي وكانت الفروق لصالح ذوي وجهة الضبط الداخلي في الأفكار التالية:

١- ابتغاء الكمال الشخصي.
٢- الاعتقاد بتفوق الرجل على المرأة.

أهم التوصيات:

١- ضرورة مراجعة أساليب التنشئة الاجتماعية والنظم الثقافية السائدة في المجتمع والمسئولة عن غرس الأفكار غير العقلانية.

٢- تفعيل دور مراكز التوجيه والإرشاد في المؤسسات الجامعية.

٣- ضرورة اهتمام وسائل الإعلام بتوعية الأسر نحو أفضل أساليب تربية الأبناء.

إهـــداء

إلى روحها الطاهرة

إلى أمي..

إلى أبي أمده الله بالصحة والعافية

إلى زوجتي ورفيقة دربي

إلى ابنتي سلاف

إلى إخواني وأخواتي

إلى كل من وقف بجانبي

هذا حصاد غرسكم

شكـر وتقديـر

الحمد لله رب العالمين حمداً وشكراً يليق بعزته وجلاله على نعمائه وأفضاله، حمداً على يسيره وتنويره لطريق كل طالب علم وعمل، والصلاة والسلام على أشرف أنبيائه وخاتم رسله خير معلم للبشرية وعلى آله وصحبه أجمعين.

(من لم يشكر الناس لم يشكر الله)

أتقدم بأخلص عبارات الشكر والتقدير إلى قسم علم النفس وإلى جميع أعضاء هيئته التدريسية على جهودهم وصبرهم شاكراً لكل من تشرفت على تلقي العلم بين يديه، شاكراً لكل من لم يبخل عليّ بمعرفة علمية، أو نصيحة إرشادية، والشكر موصول لسعادة الدكتور/ محمد بن جعفر جمل الليل المشرف على الرسالة، والذي شملني بأبوة فياضة وأخوة صافية المنبع، شملني بكريم خلقه، وجود علمه وإرشاده فجزاه الله عني وعن جميع زملائي السابقين واللاحقين خير الجزاء، والشكر موصول إلى سعادة الأستاذ الدكتور/ محمد بن حمزة السليماني المناقش الخارجي على الرسالة، والذي أحاطني بكريم توجيهاته العلمية، فسدد الله خطاه وجزاه الله خير الجزاء، والشكر موصول لسعادة الدكتور/ محمد حسن عبد الله المناقش الداخلي على جهوده معي لإخراج الرسالة بشكلها الحالي، والشكر موصول لسعادة الأستاذ الدكتور/ حسن عايل عميد كلية المعلمين بمحافظة جدة ، والذي كان لي خير معين ومشجع فشكراً له على وقفاته الأبوية المخلصة معي، والشكر موصول إلى سعادة أخي الدكتور/ فيصل بن إسماعيل أكبر، (رئيس قسم التربية وعلم النفس سابقاً بكلية المعلمين بمحافظة جدة)، والذي ما برح أن يكون لي أخاً ومعلماً صداقاً، والشكر موصول لسعادة الدكتور/ أحمد بن سعيد درباس رئيس قسم التربية وعلم النفس حالياً بكلية المعلمين بمحافظة جدة، والذي غمرني بجميل صنيعه، والشكر موصول لسعادة الأخ الدكتور/ ثاني الأحمد، والدكتور/ جمال الدين الشامي، والذين كانا لي معلمين فاضلين وأخوين جليلين تعلمت منهما الكثير والكثير فلهما مني خالص الشكر وأجزله، والشكر موصول لسعادة أخي الفاضل الأستاذ/ حمدان بن عبد الله المستادي، والذي لا أجرؤ على أن أسطر له أي من عبارات الشكر والتقدير خشية أن أنقصه من حقه شيء، والشكر موصول إلى أخي الأستاذ/ عثمان حمادي على كل كلماته الصادقة وتوجيهاته السديدة ، والشكر موصول إلى جميع أفراد عينة الدراسة المتمثلة في طلاب كلية المعلمين بمحافظة جدة، فجزى الله الجميع عني خير الجزاء في الدنيا والآخرة.

الباحث

قائمة المحتويات

الموضـــــوع	رقم الصفحة

قائمة الجداول

الفصل الأول

المدخل إلى الدراسة

- مقدمة
- مشكلة الدراسة وتساؤلاتها
- أهمية الدراسة
- أهداف الدراسة
- حدود الدراسة
- مصطلحات الدراسة

مقدمة:

هناك شغف دائم لدى الإنسان العادي بمحاولة معرفة النفس البشرية والكشف عن خباياها، وذلك بالرغم من افتقاره إلى الوسائل العلمية التي تمكنه من ذلك، لذا فإن دراسة وتفسير السلوك والمواقف ميدان حيوي من ميادين البحث في النفس الإنسانية في ظل تطور مناهج البحث في علم النفس من مجرد وصف عالم الفرد كما يراه الباحث إلى دراسة رؤيته لعالمه دراسة علمية مضبوطة ويرى علماء النفس في هذا المجال أن سلوك الإنسان وحالته الانفعالية يعتمدان على تفسيره لسلوك الآخرين المواقف الاجتماعية التي يواجهها.

هذا وبرز في أوائل الستينات من القرن الماضي التوجه للتركيز على أهمية الجانب المعرفي في تفسير السلوك بوجه عام في ظل ما تقوم به العمليات المعرفية من دور حاسم في تشكيل السلوك الظاهر حتى ولو لم تكن قابلة للملاحظة المباشرة والدراسة الموضوعية، إضافة إلى ما تلعبه العمليات الاجتماعية من دور هام في اكتساب المعتقدات الشخصية وتشكل كل من نظرية العلاج العقلاني الانفعالي لألبرت إليس، ونظرية التعلم الاجتماعي المعرفي لجوليان روتر إحدى وجهات النظر التي ركزت على موضوع تفسير الشخص لسلوكه وإدراكه للأحداث والمواقف في ظل نظام الأفكار العقلانية وغير العقلانية وأسلوب الضبط الداخلي والخارجي.

وتسعى هاتان النظريتان كغيرهما من نظريات علم النفس إلى تفسير السلوك الإنساني ثم تطبيق هذا الفهم في مجالات مختلفة من حياة الفرد كالعلاج النفسي والتعلم والتحصيل الدراسي والصناعة والتجارة.

هذا وهناك عدة أفكار نظرية شائعة ومشتركة بين نظرية التعلم الاجتماعي خاصةً فيما يتعلق بموضوع وجهة الضبط ومضمون العلاج العقلاني الانفعالي حيث أن معتقدات الفرد تؤثر في نتائج أحداث حياته (بعد مشيئة الله عز وجل) وكذلك فإن هذه المعتقدات أو الأفكار ونوع وجهة الضبط تلعب دوراً هاماً في تشكيل السلوك الحالي للفرد. وتعبر بشكل واضح عن مدى التوافق والتكيف النفسي، فالأسباب أو العوامل (الداخلية والخارجية) والأفكار (العقلانية وغير العقلانية) التي يعزى إليها السلوك تساعد كثيراً في تفسير السلوك، وذلك لتأثيرهما البالغ في سلوك الإنسان ومشاعره واتجاهاته وميوله.

وتتضح أهمية الجانب المعرفي أو العقلي في تشكيل السلوك من خلال مئات الدراسات والأبحاث التي راجعها ألبرت إليس (Ellis, 1973) في مقالة خاصة ليدعم بها نظريته فيما يتعلق بنشأة العصاب وتطوره وعلاقة التفكير (العقلاني وغير العقلاني) بالاضطرابات الانفعالية.

هذا ودعمت العديد من الأدلة الإكلينيكية والتجريبية فرضية إليس القائلة بأن "نظام الأفكار والمعتقدات غير العقلانية عند الفرد هو المسئول عن السلوك غير المرغوب فيه،

وعن الاضطرابات النفسية بشكل عام" ومن هذه الأدلة دراسة زويمر ودفينبيكر ودراسة نيلسون وفيستر ودراسة سميث ودراسة نيومارك ودراسة الريحاني حيث أشارت نتائج جميع تلك الدراسات إلى وجود علاقة بين الأفكار غير العقلانية وسوء التكيف والاكتئاب وتدني مستوى تقدير الذات والقلق. (الريحاني: ١٩٨٩ : ٤١)

كذلك فإن العديد من الدراسات الحديثة لعلماء النفس تبين أن تأثير كل أساليب العلاج تقريباً بما فيها استخدام العقاقير والأساليب الفسيولوجية تعتمد اعتماداً كبيراً في تحقيق نجاحها على بعض العوامل المعرفية مثل توقع مكاسب علاجية، والمعلومات التي يكتسبها المريض في مواقف الخوف والقلق والتدريب على ضبط الانتباه، اتجاه العميل نحو المعالج كلها عوامل تنتمي إلى أسلوب تفكير العميل ومعتقدات.(إبراهيم: ١٩٩٤ : ٢٧٤)

وقد ذكر بادبيان (١٤٢٠ : ٣) ان مفهوم وجهة الضبط (الداخلي والخارجي) من أكثر المفاهيم أهمية وانتشاراً في دراسة الشخصية، وهو متغير يهتم بالأفكار التي يحملها الفرد بخصوص العوامل الأكثر تحكماً في النتائج الهامة في حياته. وحظي هذا المفهوم باهتمام متزايد من جانب العديد من علماء النفس لأهميته الكبيرة في مجال الصحة النفسية، والإرشاد النفسي والتحصيل الدراسي، والتنشئة الاجتماعية، ودراسات السكان.

ويعرف علماء النفس المعرفيين وجهة الضبط بأنه مسئولية الفرد عن الأحداث التي تقع له سواء أكانت إيجابية أو سلبية، وأنه يقع تحت سيطرة عوامل خارجية مختلفة ومتعددة مثل الحظ، أو صعوبة المهمة أو الحالة النفسية وغير ذلك.(قطامي: ١٩٩٤م : ١٢)

ويشير الديب (١٩٩٤) إلى أن وجهة الضبط تلعب دوراً مهماً في حياة الفرد الاجتماعية والنفسية حيث يولد الإنسان في وسط بيئة معينة فيجد نفسه مضطراً منذ السنوات الأولى للتعامل والتفاعل مع ضغوط وقوى خارجية تدفعه إلى القيام بأنماط سلوكية يقبل عليها برضا وقد لا يرضى عنها، لكن عليه أن يقوم بها مدفوعاً بذلك النوع من الضبط الخارجي معتمداً في ذلك على الصدفة والحظ ومساعدة الآخرين الذين يعيشون معه في مجاله الحيوي، علماً بأنه كثيراً ما يحاول أن يتحكم بهذه البيئة ذاتياً وعلى طريقته الخاصة وما لديه من جهود يمكنه بذلها، وما اكتسبه من خبرة وما لديه من قدرة على المثابرة ودافعية للإنجاز، وما توافر لديه من نضج جسمي وقدرات عقلية وهي عوامل تساعده على الضبط الذاتي، ولكل فرد طريقته في التحكم ببيئته والسيطرة عليها.

وتشير نتائج الدراسات التي قام بها كل من فليب وبيهل (Phillip and Pihl: 1981)، دراسة بروس وبابسدروف (Bruce and Papsdorf: 1981)، دراسة وتسون وآخرون (Watson, et.al: 1989) ودراسة مارتن وآخرون (Martin, et. Al.: 1991) ، دراسة توباسك وصوفيا (Tobacy & Zofia: 1992) ، دراسة عبد الله وعبد الرحمن (١٩٩٤) ، دراسة مكنوثون وآخرون (mcnugten, et, al: 1995) إلى أن الأفكار غير العقلانية ترتبط بوجهة الضبط الخارجي والمستويات المتزايدة من القلق الانفعالي والإحباط وتؤدي إلى سوء التكيف وللعديد من الاضطرابات الانفعالية والسلوكية.

وبشكل عام فإن الأفكار (العقلانية وغير العقلانية) ووجهتي الضبط (الداخلي والخارجي) يعدان من الموضوعات التي شغلت اهتمام علماء النفس في بلدان عديدة، ولكنها في حدود علم الباحث لم تحظ بنصيب وافر من البحث في العالم العربي بوجه عام والبيئة السعودية بوجه خاص، ومن المتوقع بإذن الله أن تكون هذه الدراسة نواة مشاريع بحثية لاحقة تهتم بدراسة هذين البعدين في البيئة السعودية لتسهم في إثراء التراث النفسي ولتدعم مختلف المجالات الحياتية ولاسيما الأكاديمية والتربوية.

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:

تشير خبرات العديد من الباحثين في مراكز الإرشاد إلى أن الكثير من الطلاب المراجعين لهذه المراكز بشأن مشكلاتهم يتبنون أفكاراً غير عقلانية لها ارتباط وثيق بمشكلاتهم الانفعالية والسلوكية. (الريحاني: ١٩٨٩ : ٤٣)

أيضاً تشير العديد من الدراسات التي قام بها روتر على طلاب الجامعة، أن وجهة الضبط الداخلي – الخارجي تؤثر على السلوك بشكل عام، على ضوء المحددات التي يدرك الفرد من خلالها مصدر سلوكه سواء كان داخلي أم خارجي.(الزيات : ١٩٩٦ : ٣٥٤)

ومن هذا المنطلق يمكن صياغة مشكلة الدراسة الحالية في التحقق من العلاقة بين الأفكار العقلانية – غير العقلانية ووجهتي الضبط الداخلي – الخارجي.

تساؤلات الدراسة:

يمكن تحديد تساؤلات الدراسة الحالية بالتساؤلات الرئيسة التالية:

أ- ما هي نسبة انتشار الأفكار العقلانية وغير العقلانية بين طلاب كلية المعلمين بمحافظة جدة؟

ب- هل توجد علاقة ارتباطية ودالة إحصائياً بين الأفكار العقلانية وغير العقلانية ووجهتي الضبط (الداخلي – الخارجي)؟

ج- هل هناك اختلافات في الأفكار العقلانية وغير العقلانية بأبعادها الثلاثة عشر بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي؟

أهمية الدراسة:

تبرز أهمية هذه الدراسة في جانبين أساسين هما:

[١] الجانب النظري:

أن المعلم في أي مجتمع هو رائد تربوي واجتماعي في مدرسته ومجتمعه نظراً لأهمية الرسالة التي يقوم بها، والتي تؤثر في مستقبل الأمة بأسرها، فهو مربي للأجيال يؤثر فيهم بسلوكه وتصرفاته، كما أن طبيعة عمل المعلم تحتم عليه التعامل مع أنماط مختلفة من التلاميذ تحت ظروف مشددة وعوامل محيطة قد تحد من سلوكه وإنتاجه.

ومجتمع الدراسة الحالية يعد نفسه للالتحاق في مجال التعليم، لذا فإنه من المناسب إلقاء الضوء على طبيعة العلاقة بين الأفكار (العقلانية وغير العقلانية) ووجهتي الضبط (الداخلي والخارجي) باعتبارهما عنصرين أساسيين من العناصر المؤثرة على سلوك الفرد، حيث أن اختلاف الأفراد في إدراك العلاقات القائمة بين الأسباب والنتائج لابد وأن يعكس فروق هامة في أنماط سلوكهم، فتبني الأفراد لبعض الأفكار التي تخلو أساساً من العقلانية والمنطق السليم يؤدي بهم إلى تبني أهداف غير واقعية أو مستحيلة، خاصة تلك الأهداف التي تظهر في رغبة الفرد في أن يكون محبوباً، ومقبولاً من كل المحيطين به، وأن يكون كاملاً فيما ينجز من أعمال، وأن يحصل على كل ما يريد، فقد تؤدي تلك الأفكار أو الأهداف إلى عدم قدرة الفرد على ضبط نفسه أو توجه حياته، إضافة إلى الإحساس بالذنب والاكتئاب والقلق.

ويتفق هذا مع ما توصل إليه ابن سيديا (١٩٨٦) من أن الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي يتميزون بسمات العصابية والذهانية وسوء التكييف واضطرابات الشخصية، بينما يتميز الطلاب ذوو وجهة الضبط الداخلي بتكامل الشخصية والانبساط، ويبذلون جهداً كبيراً في التعامل مع بيئاتهم وتحقيق السيطرة عليها.

لذا فإنه من المهم التعرف على بعض سمات الشخصية لدى مجتمع الدراسة خاصةً فيما يتعلق بالأفكار غير العقلانية ووجهتي الضبط قبل انخراطهم في سلك التعليم.

[٢] الجانب التطبيقي:

بالرغم من تعدد الدراسات التي تناولت كل من بعدي الدراسة الحالية وعلاقتها بأبعاد أخرى في الشخصية الإنسانية مثل سمات الشخصية والميول والاتجاهات وسوء التكييف، إلا أنه لم تجر دراسات كافية حول العلاقة المباشرة بين الأفكار. (العقلانية وغير العقلانية) ووجهتي الضبط (الداخلي والخارجي) ومن ثم تسعى الدراسة الحالية إلى أن تطرق هذا الموضوع الذي ما زال جديداً نسبياً في البيئة السعودية حيث لم تتحدد بعد معالم هذه العلاقة

خاصة في ظل تزايد الاهتمام بدراسة الجوانب المعرفية في مختلف المجالات التربوية والنفسية والمهنية. في ظل غياب الرغبة بإجراء المزيد من البحوث والدراسات على فروض أي نظرية من النظريات النفسية للتأكد من مدى صدقها وملاءمتها للبيئات المحلية قبل الأخذ بتطبيقاتها وأساليبها.

لذا يجد الباحث أهمية القيام بهذه الدراسة بإسهام يسعى من خلاله الكشف عن طبيعة تلك العلاقة التي تجمع بين أبعاد ومتغيرات الدراسة الحالية (الأفكار العقلانية وغير العقلانية – وجهتي الضبط الداخلي والخارجي) ، وأيضاً لتشكل هذه الدراسة منطلق حيوي للتشخيص والتنبؤ ووضع الخطط الإرشادية العلاجية للحالات التي تعاني من اضطراب وسوء توافق سواء في مجتمع الدراسة أو مجتمعات حياتية أخرى.

أهداف الدراسة:

تسعى هذه الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية:

١- معرفة مدى انتشار الأفكار العقلانية وغير العقلانية لدى طلاب كلية المعلمين بجدة.

٢- الكشف عن طبيعة العلاقة بين الأفكار (العقلانية – غير العقلانية) ووجهة الضبط (الداخلي – الخارجي).

٣- معرفة الفروق في الأفكار العقلانية وغير العقلانية لدى الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي .

حدود الدراسة:

وتحددت أبعاد الدراسة الحالية في التالي:

١- البعد البشري: شملت (٢٤٣) طالباً من طلاب كلية المعلمين في جميع المستويات والأقسام الأكاديمية.

٢- البعد المكاني: حددت كلية المعلمين بمحافظة جدة كبعدٍ مكاني لإجراء الدراسة.

٣- البعد الزمني: تم تطبيق هذه الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي ١٤٢٣هـ.

٤- أدوات القياس النفسي المستخدمة:

اقتصرت الدراسة الحالية على تطبيق المقياسين التاليين:

أ- مقياس الأفكار العقلانية وغير العقلانية إعداد الريحاني (١٩٨٥م) والمبني على نظرية العلاج العقلاني والانفعالي عند إليس.

ب- مقياس وجهة الضبط الداخلي – الخارجي إعداد بن سيديا (١٩٨٦)

مصطلحات الدراسة:

الأفكار:

هي عبارة عن تنظيم يتسم بالثبات لمجموعة من تصورات الفرد ومدركاته أو معارفه حول جانب معين من عالمه (خليفة: ١٩٨٩ : ١٠٤).

المعتقدات:

يعرفها روكيتش (Rockeach) بأنها توقعات تتعلق بوجود كائن ما أو تقييم معين أو عادة معينة أو قضايا تتضمن أوامر ونواهي أو مسببات (محمد : ٢٠٠٠ : ١٣٧)

وبالرغم من ميل البعض إلى التمييز بين مفهومي المعتقدات والأفكار، إلا أنه سوف يستخدم هذين المفهومين كمترادفين في هذه الدراسة.

الأفكار العقلانية:

هي الأفكار المنطقية المتعقلة والقابلة للتحقق من خلال الحجج والبراهين والمتسمة بالموضوعية، والتي تعود إلى التفاعل الملائم وإلى الشعور بالسعادة النفسية.

الأفكار غير العقلانية:

عرفها إليس (Ellis: 1979) بأنها تلك الأفكار والمعتقدات غير العقلانية وغير المنطقية التي تتسم بعدم الموضوعية والمبنية على معتقدات وتنبؤات وتعميمات خاطئة ناتجة عن سوء الظن والمبالغة والتهويل بشكل لا يتسق مع الإمكانات العقلية الفردية.

التعريف الإجرائي للأفكار العقلانية وغير العقلانية:

هي مجموع الدرجات التي يحصل عليها المفحوص نتيجة إجابته على مقياس الأفكار العقلانية وغير العقلانية الذي أعده الريحاني (١٩٨٥) ويتحدد مجموع درجات هذا المقياس بين (٥٢) درجة كحد أدنى و(١٠٤) درجات كحد أعلى.

الضبط:

عرفه روتر بأنه مفهوم نسبي يرتبط بالدرجة التي يدرك الفرد من خلالها تبعة أو مسئولية الأهداف التي تقع له. (خلف الله : ١٩٩٣ : ٣٩٨)

وعرفه الديب (١٩٩٤ : ١٨٥) بأنه سمة شخصية تساعد الفرد على أن ينظر إلى إنجازاته من نجاح أو فشل في ضوء ما لديه من قدرات، وما يستطيع القيام به من جهود معتدلة ومثابرة في تحقيق أهدافه.

ويعتبر هذا المفهوم أحد المفاهيم الحديثة نسبياً لذلك تعددت الترجمات العربية للمصطلح الأجنبي، مثل مركز التحكم، موضع التحكم، وجهة الضبط، موضع الضبط، أيضاً يعد هذا المفهوم مرادفاً لمفهوم العزو وسوف يتبنى الباحث في هذه الدراسة مصطلح وجهة الضبط، لأن الأصل في الاستجابة المقاسة للفرد هو إرجاع مسببات سلوكه إلى أحد الاتجاهين الداخلي أو الخارجي.

وجهتي الضبط Locus of Control :

يعرف حوطر وجهة الضبط بأنها تكوين من المعتقدات التي يحملها الفرد بشأن العوامل الداخلية أو الخارجية الأكثر تحكماً في النتائج الهامة في حياته. (اللهيبي: ١٩٩٥ : ٢٤)

وبالتالي فإن هناك نوعين من الضبط هما:

١- وجهة الضبط الداخلي Internal Locus of Control:

وهي الدرجة التي يعتقد عندها الفرد أنه يتحكم في الأحداث الخارجية الإيجابية أو السلبية التي تحدث له ويشعر بمسئوليته عما يحدث له كنتيجة لسلوكه.

٢- وجهة الضبط الخارجي External Locus of Control :

وهي الدرجة التي يعتقد عندها الفرد بأنه لا يتحكم في الأحداث الخارجية المختلفة الإيجابية أو السلبية التي تحدث له ويشعر أنه غير مسئول عما يحدث له في حياته كنتيجة لتأثير عوامل خارجية لا يستطيع السيطرة عليها أو التحكم فيها كالحظ أو القدر وليس كنتيجة لسلوكه وتصرفاته. (بادبيان: ١٤٢٠ : ٩).

التعريف الإجرائي لوجهتي الضبط الداخلي – الخارجي:

وجهتي الضبط الداخلي – الخارجي هي عبارة عن مجموع الدرجات التي يحصل عليها المفحوص نتيجة إجابته على المقياس الذي أعده بن سيديا (١٩٨٥) بعد استبعاد الفقرات المضافة إلى المقياس .

طلاب الكلية:

هم الطلاب الملتحقين بكلية المعلمين بجدة، في مختلف المستويات والأقسام الأكاديمية.

كلية المعلمين:

هي الكلية التي تعد خريجها للعمل كمدرسين في مختلف مراحل التعليم العام، وتشرف عليها وزارة التربية والتعليم ممثلة بوكالة الوزارة لشئون كليات المعلمين.

الفصل الثاني

أولاً: الإطار النظري

(أ)الأفكار العقلانية وغير العقلانية .

(ب)وجهتي الضبط الداخلي- الخارجي.

ثانيًا: الدراسات السابقة

أولاً : الإطار النظري

(أ)الأفكار العقلانية وغير العقلانية:

مقدمة:

ربما كانت أكبر محاولة لإدخال العقل والمنطق في مجال الإرشاد والعلاج النفسي كما يقول باترسون هي تلك المحاولة التي قام بها البرت إليس في أوائل عام ١٩٥٠م تحت اسم العلاج العقلاني الانفعالي، والتي قدم من خلالها فروضاً متقدمة لنظريته، والتي مؤداها أن الأحداث النشطة لا تسبب العواقب الانفعالية، ولكن نظام المعتقدات غير العقلانية عند الفرد هي المسببة لتلك العواقب (كفافي: ١٩٩٩ : ٣١٧).

لذا استقطبت هذه النظرية اهتمام علماء النفس بوجه عام، وعلماء علم النفس الإرشادي والعلاجي بوجه خاص باعتبارها نظرية في الشخصية وذلك لاهتمامها الواضح بالعمليات المعرفية والعقلانية، والتي تعد ذات أهمية بالغة في فهم وتغيير السلوك الإنساني، ولقد نالت هذه النظرية احتراماً متزايداً في السنوات الأخيرة، لذا يقرر عدد من علماء النفس أمثال روبنز Robbins، سارنوف Sarneff، كاتز Katz، ستوتلاند Stotland، ولف Walfe أن الشفاء وتغيير الاتجاهات يكمن في تنمية الوعي العقلاني ومهاجمة الإطار المرجعي المعرفي (الطيب: ١٩٨١ : ١٢٨).

الجذور التاريخية لنظرية البرت إليس في الأفكار العقلانية وغير العقلانية:

إن هذا النهج الجديد في تناول الاضطرابات الانفعالية يقوم على دعائم فلسفية موغلة في القدم وتعود بالتحديد إلى مدارس فلسفية يونانية أسسها زينون عام ٣٠٠٠ ق.م لليونانيين والرومان، ومن أهم هذه المدارس المدرسة الرواقية، والتي أطلق عليها المسلمون اسم مدرسة أصحاب المظلة، وحكماء المظال وأصحاب الأسطوان والروحانيون. (الحفني: ١٩٩٤ : ٤٧٣).

ويرى أصحاب هذه المدرسة أن فكرة الإنسان عن الأحداث هي المسئولة عن اعتلال مزاجه أي أن المشكلات النفسية ترجع بالدرجة الأساس إلى أن الفرد يقوم بتحريف الواقع والحقائق بناءً على مقدمات مغلوطة وافتراضات خاطئة، وهذا ما يعبر عنه ابكتيتوس بقوله "إن الناس يضطربون ليس بسبب الأشياء ولكن بسبب وجهات نظرهم التي يكونوا منها عن هذه الأشياء" (جحلان: ١٤١٦ : ١٠).

ومن الأمور المتعلقة بهذا الموضوع أن البوذيين القدماء كانوا يقولون أن انفعالات الإنسان تنشأ من طريقة تفكيره ولكي يغير الفرد من انفعالاته يجب أن يغير من طريقة تفكيره أولاً.

وفضلاً عن تأثر البرت اليس بالفلاسفة القدامى وكتابتهم أمثال ماركوس، وأريليوس – وسقراط، وإيمانويل كنت وشكسبير، فإنه تأثر أيضاً بإسهامات العديد من علماء النفس والمعالجين النفسيين ولاسيما التحليلين، بالرغم من اعتراضه على العديد من آرائهم العلاجية، والتي تركز على الجانب الانفعالي باعتباره مفتاح الشفاء والتغيير في السلوك ومن أبرز من تأثر بهم إليس الكسندر فرنش، كيلي، كارين هورناي، وأدلر الذي يعتبره إليس المروج الرئيس للعلاج العقلاني فهو الذي يقول إن سلوك الشخص ينبع من أفكار تحدد اتجاهه نحو الحياة وعلاقته بالعالم الخارجي وهو بذلك يؤمن بأن الانفعالات العاطفية للفرد مرتبطة ارتباطاً عضوياً بأفكاره ومعتقداته (مليكة: ١٩٩٠ : ١٩٠).

هذا وكانت البداية الحقيقة لنظرية العلاج العقلاني الانفعالي كطريقة علاجية منفردة على يد العالم الأمريكي البرت إليس المولود عام ١٩١٢م، والحاصل على شهادة الماجستير عام ١٩٤٣م، وشهادة الدكتوراة في عام ١٩٤٧م. وكانت هذه البداية تحديداً في عام ١٩٥٤م حيث بدأ إليس التحول من التحليل النفسي كطريقة علاجية إلى طريقة تتجه نحو الأسلوب المنطقي المعتمدة على النموذج الفلسفي أكثر منه على النموذج النفسي.

وبدأ إليس الكتابة عن هذا الأسلوب الجديد في العلاج النفسي في سلسلة في المقالات منذ عام ١٩٦٢م، وعندما نشر كتابه "السبب والانفعال في العلاج النفسي" والذي ضمن في صياغته الأولى أهم الأسس والتصورات والافتراضات التي يمكن من خلالها فهم نظريته العلاجية، والتي ركزت على العلاقة بين الانفعالات والتفكير. (الشناوي: ١٩٩٤ : ٩٥).

وفي صيف عام ١٩٩٣م أعلن إليس تغيير مسمى هذا الاتجاه من العلاج العقلاني الانفعالي (R.E.B) إلى العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي (R.E.BT) وذلك لتأكيد التفاعل المتبادل بين الجوانب المعرفية الوجدانية والسلوكية (جمل الليل: ٢٠٠١ : ٢٩٣).

المفاهيم والمسلمات الأساسية لنظرية البرت إليس:

إن الكثير من المفاهيم التي توصل إليها إليس من خلال خبرته في العلاج النفسي، لم تكن مفاهيم أو صياغات جديدة بل توصل إليها الكثير من الفلاسفة والمعالجين القدامى والمعاصرين لإليس في العديد من المدارس العلاجية، فقد قال بها عدد من المفكرين والعلماء في مختلف المجالات التي ليس لها علاقة بالعلاج العقلاني، وهذا ما أثبت صحة المفاهيم التي توصل إليها إليس، ومن هؤلاء العلماء والمفكرين ادكنز Adkins ، ادلر ، الكسندر و فرنش ، كاميرون ، ديجرين وجوكلر ، وبالرغم من الاختلافات الظاهرة في أسماء المفاهيم والآراء التي ابتكرها هؤلاء العلماء والمفكرين، إلا أن هذه المفاهيم تجمع على أن الاضطرابات النفسية لا يمكن عزلها عن الطريقة التي ينظر بها الفرد لنفسه وللعالم من حوله. (الشيخ: ١٩٨٦ : ٤١)

هذا وقدم إليس عددًا من المبادئ والمسلمات المرتبطة بنظريته وهي :

١- العقلانية:

يمكن تعريفها على أنها استخدام المنطق في تحقيق الأهداف القريبة والبعيدة، وهي تسهم في تحقيق هدفين هامين هما المحافظة على الحياة، والإحساس بالسعادة النفسية والتحرر من الألم، في ظل التفاعل الملائم مع العواطف. في حين أن عدم العقلانية تشتمل على التفكير بطرق تقف حجر عثرة في سبيل تحقيق الهدفين السابقين. (عبد الله: ١٩٩٧ : ٢٧٩)

٢- العقل والانفعال:

يرى إليس أن التفكير والانفعال الإنساني ليسا عمليتين مختلفتين، وإنما هما عمليتان متداخلتان بشكل كبير وبصورة ذات دلالة تفاعلية تبادلية، وتعتبران في بعض الأحيان نفس الشيء كما هو الحال بالنسبة لعمليتي الحياة الأساسيتين الحس والتحرك، ولا يمكن النظر إليهما بطريقة تفصلها عن بعضها بصورة تامة هذا ويعد الانفعال في حقيقته نوع من التفكير غير العقلاني المنحاز ذاتياً وهو أيضاً يعتبر عملية إتجاهية معرفية حيث يستجيب البشر للمواقف الحياتية المختلفة بشكل ينطوي على حكم حدسي وفكري مسبق، وبالتالي يأتي القرر النهائي بالاستجابة لتلك المواقف منسجماً مع ما يحققه الانفعال الأصلي أو يحول دونه. (الطيب: ١٩٨١: ١٢٠).

٣- الانفعالات الملائمة وغير الملائمة:

يرى إليس أن الانفعالات الملائمة هي تلك المشاعر التي تحقق أهداف الحياة السعيدة، وهي مهمة ضرورية للإنسان، وبدونها لا يستطيع أن يشعر بالسعادة. أما الانفعالات غير الملائمة فبعضها مهم للإنسان لأنها تحافظ على حياته كالخوف مثلاً، وبعضها مدمر لحياته وسعادته وهي تلك الانفعالات التي تقوم على أساس من الأفكار غير العقلانية، مما تؤدي إلى إعاقة السلوك الواقعي للإنسان والانفعالات غير الملائمة لا يكون لها وجود إلا في ظل استدخال الفرد لها بشكل شعوري أو غير شعوري حيث يصوغها في جمل أو صور لا تخرج عن العبارتين التاليتين (هذا حسن بالنسبة لي) أو (هذا سيئ بالنسبة لي) ومن هذا فإن السلوك المضطرب هو نتاج الاستمرار بالحديث الداخلي الذاتي الذي يتكون من الأفكار غير العقلانية. (الزيود: ١٩٩٨ : ٢٥١)

٤- الميول البيولوجية:

يرى إليس أن الإنسان يولد ولديه الاستعداد للتصرف بالطريقتين العقلانية وغير العقلانية ويتصل بذلك بقوله "إن الأفراد مركبون بيولوجياً على أن يفكروا بطريقة ملتوية في مناسبات عديدة، أو أن يهزموا أنفسهم وأن يبالغوا في كل شيء وأن يشعروا بالإثارة ويتصرفوا بغرابة لأتفه الأسباب، ولديهم أيضاً استعدادات قوية لأن يفكروا بسهولة وبشكل

طبيعي، وهم مبتكرون ويتعلمون من أخطائهم، وهم يغيرون من أنفسهم مرات عديدة(الشناوي: ١٩٩٤ : ١٠٦)

الشخصية من وجهة نظر البرت إليس :

بالرغم من عدم الاهتمام الواضح من جانب إليس بتكوين نموذج نظري للشخصية، إلا أنه صاغ مجموعة من المفاهيم والأسس التي تسهم في التعرف على وجهة نظره في الشخصية ومنها:

١- الأسس الفسيولوجية:

يرى إليس أن البشر يتشابهون في الجوانب البيولوجية والفيسولوجية العامة مثل الأكل، التنفس، الحركة وأيضاً يتشابهون بأن لديهم استعداد فطري وميل لأن يكونوا عقلانيين وغير عقلانيين، فمن ناحية نجد أن لديهم طاقة كبير لأن يكونوا مولدين للسعادة بكونهم عقلانيين، ومن ناحية أخرى نجد أن لديهم طاقة هائلة في أن يكونوا قاهرين لأنفسهم ويكرروا باستمرار نفس الأخطاء بكونهم غير عقلانيين (الشناوي: ١٩٩٤ : ١٠٥).

ويرى إليس أن الجزء الأساس في نشأة الأعراض العصابية يكمن في الطبيعة الإنسانية وأصولها البيولوجية والفيسولوجية هذا ولم يستطيع إليس أن يوضح تلك الأصول، إلا أنه يرى أن النزعة إلى الكمال والرغبة في إنجاز الأعمال عند أعلى مستوى من الإتقان، هي تكاد توجد عند الجميع بفضل الأسس البيولوجية (كفافي: ١٩٩٩ : ٣٢٤).

٢- الأسس الاجتماعية:

يرى إليس أن التفكير غير العقلاني والتعود على التدمير الذاتي وعدم المسامحة ترجع في أصولها ونشأتها إلى التعلم المبكر وغير المنطقي، فالفرد لديه الاستعداد البيولوجي لذلك التعلم، والذي يكتسبه من والديه بصفة خاصة وغالباً ما يتفاقم التفكير غير العقلاني بسبب تدني المستوى الثقافي والاجتماعي، وبسبب تزايد الضغوط العائلية والاجتماعية، فمن خلال عملية النمو يتعلم الفرد التفكير والشعور بنفسه وبالآخرين في ظل ما يستدخله أثناء التنشئة الاجتماعية وما ينميه من أحاديث داخلية. (الفقي: ١٩٩٢ : ١٧٦).

هذا ويرى إليس أننا إذا نشأنا في مجتمع ما فإننا نميل لأن نكون ضحية الأفكار التي تشكل سلوكنا الظاهري، وتقوم بتعميق هذه الاعتقادات غير المنطقية في نفوسنا باستمرار، والتي حتماً ما ستقودنا إلى الإحباط والانهزام (خفاجي: ١٩٨٥ : ٢٥١).

٣- الأسس النفسية: (نظرية A.B.C):

يقرر إليس في نظريته (العلاج العقلاني الانفعالي) أن الأحداث التي تطرأ على البشر تتضمن عوامل خارجية تمثل أسباباً للاضطراب النفسي، والبشر ليسوا ميسرين كلية، وبإمكانهم أن يتجاوزوا جوانب القصور البيولوجية والاجتماعية والتفكير الصعب من خلال التحكم بالطريقة التي ينظرون بها إلى الأحداث وتحديد ردود الأفعال التي يختارونها لمواجهة تلك الأحداث. وتتمثل الأسس النفسية للشخصية عند إليس في نموذج أسماه بقالب

(A.B.C) والذي يعتبر الجانب الرئيسي في العلاج العقلاني الانفعالي من الناحية النظرية والتطبيقية. (جمل الليل: ٢٠٠١ : ٢٩٨)

ويشير كورسيني (Corsini) إلى أن دور الأفكار غير العقلانية في الاضطرابات العاطفية إنما يتضح في نموذج إليس للشخصية والمعروف بنظرية (A.B.C).

(الريحاني : ١٩٨٧ : ٧٦)

حيث ترمز (A) إلى المثير المسبب للانفعال، وهي عموماً المواقف والأحداث التي تظهر فيها أو أثنائها المشكلة النفسية، قد تكون أحداثاً خارجية أو داخلية، والأحداث الخارجية هي التي يمكن أن يراها الآخرون فضلاً عن صاحب المشكلة.

أما الأحداث الداخلية فهي أفكار الفرد المتعلقة بالأحداث الخارجية. و (B) تشير إلى فكرة الإنسان أو اعتقاده (Belive) بالنسبة للحدث المثير وقد تكون جامدة أو مرنة، وعندما تكون جامدة يطلق عليها الأفكار غير العقلانية، وتكون في صيغ لغوية تبدأ غالباً بكلمة "يجب" أو "لابد..." وعندما يتمسك الإنسان بهذه الأفكار فإنه يميل إلى استنساخ أفكار غير عقلانية. وعندما تكون هذه الأفكار مرنة فإنه يطلق عليه الأفكار العقلانية، وهي غالباً ما تأخذ شكل من الرغبة أو الأمنية أو التفضيل إلا أنها لا تتحول إلى مطالب وشروط مطلقة ولازمة، وعندما يتمسك الإنسان بهذه الأفكار المرنة فإنه يميل إلى أن يستنتج منها أفكاراً عقلانية.

ويشير الرمز (C) إلى النتائج الانفعالية (Consequences) والسلوكية لأفكار الشخص ومن هنا فإن ما يحدد النتائج الانفعالية ليس الحدث المثير بل الفكرة المرتبطة به.

ويرى إليس أن النتائج الانفعالية التي تنشأ من الأفكار الجامدة غير العقلانية هي نتائج تثير الاضطراب، ويطلق عليها النتائج السلبية غير المناسبة، أما النتائج التي تنشأ عن الأفكار المرنة العقلانية فهي لا تؤدي إلى الاضطراب، ويطلق عليها النتائج المناسبة حتى لو كانت سلبية.

ويرى إليس كذلك أن الانفعالات السلبية غير المناسبة تكون غير وظيفية لأنها تؤدي إلى الشعور بألم وانزعاج نفسي شديدين وتدفع الإنسان إلى التصرف بأسلوب ضعيف منكسر، وتحول بينه وبين التصرف بطريقة تحقق أهدافه. وفي المقابل فإن الانفعالات السلبية المناسبة تنبه الإنسان إلى ضرورة تحقيق أهدافه من خلال مواجهة العقبات والعوائق، (التميمي: ١٤١٨ : ٥٩).

الأفكار العقلانية وغير العقلانية:

يشير نظام الأفكار والمعتقدات بشكل عام إلى جوانب معرفية تشتمل على رؤية ذاتية خاصة بالفرد لذا فهي تخضع للصحة والزيف، وذلك تعبيراً لها عن الاتجاهات التي تشير إلى جوانب تقويمية وجوانب تتسم بالحب أو الكراهية.

ويرى إليس (Ellis: 1973 : 5) أن الأفكار العقلانية هي تلك الأفكار التي يمكن التحقق منها من خلال الحجج والبراهين، أما الأفكار غير العقلانية فهي تلك التي لا يمكن التحقق منها، ومن ثم فهي تلك الأفكار الخاطئة وغير المنطقية، وغير الواقعية التي تتسم بعدم الموضوعية والمبنية على معتقدات وتوقعات، وتعميمات خاطئة ناتجة عن سوء الظن، والمبالغة والتهويل بما لا يتسق مع الإمكانات العقلية للفرد.

ويفضل أغلب الباحثين النظر إلى الأفكار والمعتقدات باعتبارها ظاهرة متعددة الأبعاد، وليس بوصفها ظاهرة أحادية البعد، ويتمثل ذلك في ميلهم إلى قياس الأفكار غير العقلانية كل على حدة هذا من جهة. ومن جهة أخرى تشير نتائج الدراسة التي قام بها عبد الله، عبد الرحمن (١٩٩٧) إلى أن الأفكار غير العقلانية ذات طبيعة مركبة وغير أحادية، وبالتالي فإن الشخص الذي يعتقد في إحدى الأفكار غير العقلانية من الضروري أن يعتقد في الأفكار الأخرى مما يساعد على التنبؤ الجيد بهذه الأفكار.

سمات الأفكار العقلانية:

يرى إليس (Ellis 1977:73). أن المعتقدات العقلانية لها عدة سمات أو مميزات وهي:

١- الموضوعية: ويتمثل ذلك في أنها تشتق من حقائق وأدلة موضوعية وليس من نظرة شخصية.
٢- المرونة: حيث تتشكل في صورة رغبات وأمنيات وتفضيلات لا تصل إلى المطلقات اللازمة.
٣- تساعد على تحقيق أهداف الحياة.
٤- تقلل من الصراعات الداخلية لدى الفرد.
٥- تقلل من التصادم مع الآخرين المحيطين بالفرد.
٦- تساعد على التفكير في عدة صيغ من الاحتمالات.

سمات الأفكار غير العقلانية:

عرض إليس (Ellis 1977 : 73) بعض المميزات التي تتسم بها الأفكار غير العقلانية وهي:

١- المطالبة:

ويتمثل ذلك في وجود مجموعة من الصيغ والكلمات التي تتشكل على هيئة مفروضات، وذلك ناتج عن الميل إلى الكمال والرغبة في إنجاز الأعمال عند أعلى مستوى من الإتقان والمثالية بشكل لا يتلاءم مع إمكانات الفرد الواقعية.

٢- التعميم الزائد:

ويتمثل ذلك في تبني أفكار عامة بناءاً على خبرات محدودة، كأن يعتقد الشخص أنه فاشل في كل شي إذا فشل مرة واحدة.

٣- التقدير الذاتي:

ويتمثل ذلك في التحدث إلى الذات بطريقة انهزامية وسلبية عن طريق صياغة جمل بسيطة تستقر في الشعور أو اللاشعور. وتعتبر محكاً للمقارنات التي يقوم بها الفرد لذاته مع الآخرين، والتي تؤدي إلى تحقيق تقديره لذاته.

٤- التهويل:

ويتمثل ذلك في المبالغة في معنى أو أهمية الأحداث أو الخبرات، كأن يشعر المرء أن عدم قدرته على تحقيق ما يصبو إليه كارثة عظيمة.

٥- أخطاء في التفسير:

ويتمثل ذلك في التحيز الإدراكي نحو الأبعاد السلبية في الخبرات وهذا الخلل يعبر عن ذاته في التعامل مع الأحداث المختلفة مثل "الفشل ، فقدان عزيز، الرفض".

٦- عدم التجريب:

ويتمثل ذلك في الخروج باستنتاجات اعتماداً على أدلة غير كافية وغير مجربة، كأن يغضب الإنسان نتيجة كلمة أو نظرة غاضبة من شخص آخر، وهذه الكلمة لم تكن بالأصل موجهة نحوه شخصياً.

٧- التلقين (التكرار):

ويتمثل ذلك في استمرار سلوك الفرد عن طريق عملية التلقين الذاتي وهي تلك العملية التي يتحدث فيها الفرد مع نفسه حديثاً داخلياً مضمونه أنه غير كفء وفاشل في معالجة أموره بدليل النتائج السلبية التي تعرض لها.

أنواع الأفكار غير العقلانية:

الأفكار غير العقلانية هي في الأصل رغبات وأشياء يحبها الإنسان ويفضلها، إلا أنها أخذت طابع المطالب المطلقة والشروط اللازمة التي لا يمكن التنازل عنها، وهناك ثلاث أنواع من هذه الأفكار وهي:

١- **معتقدات تتعلق بالذات:** مثل يجب أن أتقن كل شيء وإذا لم أفعل ذلك فإنه أمر فظيع لا يمكن أن أتحمله ومثل هذه المعتقدات تؤدي إلى الخوف، والقلق، والاكتئاب والشعور بالذنب.

٢- **معتقدات تتعلق بالآخرين:** مثل يجب أن يعاملني الناس معاملة حسنة عادلة، وإذا لم يفعلوا ذلك فإنه أمر فظيع. لا أتحمله وتؤدي هذه الأفكار إلى الشعور بالغضب والعدوانية والسلبية.

٣- **أفكار تتعلق بظروف الحياة:** مثل يجب أن تكون الحياة بالشكل الذي أريده، وإذا لم تكن كذلك فإنه أمر فظيع لا أتحمله. وتؤدي هذه الأفكار إلى الشعور بالأسى والألم النفسي. (التميمي: ١٤١٨ : ٧٠).

الأفكار غير العقلانية المسببة للاضطراب النفسي عند إليس:

قدم إليس بعض الأفكار غير العقلانية الشائعة كنماذج على الأفكار الخاطئة التي توقع الناس في المشكلات الانفعالية وهي أفكار لاحظ انتشارها ووجودها في المجتمع الأمريكي بشكل متطرف ومبالغ فيه، ولكنه لا يستبعد انتشارها بين الثقافات الأخرى لوحدة بعض الأصول التي تقف وراء هذه الأفكار.

وفيما يلي تلك الأفكار اللاعقلانية التي حددها البرت إليس:

١- من الضروري أن يكون الشخص محبوباً ومقبولاً من كل فرد من أفراد بيئته المحلية.

٢- يجب أن يكون الفرد فعالاً ومنجزاً بشكل يتصف بالكمال حتى تكون له قيمة.

٣- بعض الناس سيئون وشريرون وعلى درجة عالية من الخسة والنذالة، ولذا يجب أن يلاموا ويعاقبوا.

٤- أنه لمن المصيبة الفادحة أن تأتي الأمور على غير ما يتمناه الفرد.

٥- تنشأ تعاسة الفرد عن ظروف خارجية لا يستطيع السيطرة عليها أو التحكم بها.

٦- الأشياء المخيفة أو الخطرة تستدعي الاهتمام الكبير والانشغال الدائم في التفكير بها وبالتالي فإن احتمال حدوثها يجب أن يشغل الفرد بشكل دائم.

٧- من الأسهل أن نتجنب بعض الصعوبات والمسئوليات بدلاً من أن نواجهها.

٨- يجب أن يكون الشخص معتمداً على الآخرين ويجب أن يكون هناك من هو أقوى منه لكي يعتمد عليه.

٩- إن الخبرات والأحداث الماضية تقرر السلوك الحاضر، وتأثير الماضي لا يمكن تجاهله.

١٠- ينبغي أن ينزعج الفرد أو يحزن لما يصيب الآخرين من مشكلات واضطرابات.

١١- هناك دائماً حل مثالي وصحيح لكل مشكلة وهذا الحل لابد من إيجاده وإلا فالنتيجة ستكون مفجعة. (الخطيب: ١٩٩٤ : ٢٥٦).

هذا وأظهرت دراسة سليمان الريحاني (١٩٨٥) التي هدفت إلى تطوير اختبار التفكير العقلاني وغير العقلاني، وجود هذه الأفكار غير العقلانية لدى طلاب الجامعة الأردنية، إضافة إلى فكرتين هما:

١- ينبغي أن يتسم الشخص بالرسمية والجدية في التعامل مع الآخرين حتى تكون له قيمة ومكانة محترمة بين الناس.

٢- لا شك في أن مكانة الرجل هي الأهم فيما يتعلق بالعلاقة مع المرأة.

وعاد إليس فيما بعد فلخص هذه الأفكار في ثلاثة حتميات أساسية مصاغة في صورة يجب أو ينبغي وهي:

١- يجب على (أو ينبغي) أن أؤدي جيداً، وأن أكون محبوباً من جانب الآخرين ذوي الأهمية.

٢- يجب عليك أن تعاملني برفق وبعدل أو من المفزع إلا تفعل، فإني حينئذٍ لا أستطيع تحملك ولا تحمل سلوكك، وتكون حينئذٍ شخصاً سيئاً.

٣- يجب أن يتعامل العالم بشكل طيب مليء بالحظ، وأن يمنحني كل شيء أريده فوراً، من المفزع ألا يفعل ذلك، فإنه حينئذٍ يكون عالماً بغيضاً (الشناوي: ١٩٩٤ : ١٠٧).

فروض نظرية العلاج العقلاني الانفعالي:

يعرض إليس فروض نظريته في العلاج العقلاني الانفعالي على النحو التالي:

أولاً: الفروض المتعلقة بنظرية (A.B.C) في العلاج العقلاني الانفعالي:

١- التفكير يسبب الانفعال.

٢- توجد علاقة متبادلة بين المعرفة والانفعال والسلوك.

٣- يتأثر انفعال الفرد وسلوكه بالوعي والبصيرة ومراقبة الذات.

٤- يتأثر انفعال الفرد بالأحاديث الذاتية ودلالة الألفاظ التي يرددها بينه وبين نفسه عن الأشياء.

٥- تتأثر الحالة المزاجية للشخص بمعارفه ومدركاته ومعتقداته.

٦- يتأثر انفعال الفرد وسلوكه بتصوراته وتخيلاته.

٧- يتأثر انفعال الفرد وسلوكه بالتغذية الحيوية المرتدة ومستوى التحكم في العمليات الفسيولوجية.

٨- يتأثر انفعال الفرد وسلوكه بمؤثرات غريزية.

٩- يتأثر انفعال الفرد وسلوكه بتوقعه والمتغيرات المؤثرة في هذا التوقع.

١٠- تؤثر وجهة الضبط لدى الفرد في انفعاله وسلوكه.

١١- يتأثر انفعال الفرد وسلوكه بأخطائه في عمليات التفسير أو العزو.

ثانياً: الفروض المتعلقة بالعمليات المعرفية الوسيطة:

١- يتسبب التفكير العقلاني في نشأة الاضطرابات الانفعالية والسلوكية لدى الفرد.

٢- تؤثر الأخطاء المرتبطة بتقدير الفرد لذاته على انفعاله وسلوكه.

٣- يتأثر انفعال الفرد وسلوكه بأساليبه الدفاعية.

٤- يتأثر انفعال الفرد وسلوكه بقدرته على تحمل الإحباط.

٥- يتأثر انفعال الفرد وسلوكه بمدى ترقبه وتوقعه التهديد.

ثالثاً: الفروض المتعلقة بفنيات العلاج العقلاني الانفعالي:

١- يعتبر العلاج النشط الموجه، فنية من فنيات العلاج العقلاني الانفعالي.

٢- يعتبر الدحض والحث من فنيات العلاج العقلاني الانفعالي.

٣- تمثل الواجبات المنزلية إحدى فنيات العلاج العقلاني الانفعالي.

٤- تبسيط أثر الإهانة من فنيات العلاج العقلاني الانفعالي.

٥- التنفيس عن الانفعالات المختلة وظيفياً فنية من فنيات العلاج العقلاني الانفعالي.

٦- يعتبر تعليم الفرد أسلوب اختيار الطرق الإيجابية لتعديل سلوكه فنية من فنيات العلاج العقلاني الانفعالي.

٧- تنمية القدرة على ضبط النفس فنية من فنيات العلاج العقلاني الانفعالي.

٨- تنمية مهارات التعامل مع مصادر التهديد فنية من فنيات العلاج العقلاني الانفعالي.

٩- تحويل الانتباه أو الإلهاء فنية من فنيات العلاج العقلاني الانفعالي.

١٠- استخدام الطرق التربوية وتعلم اكتساب المهارات فنية من فنيات العلاج العقلاني الانفعالي.

١١- تعليم الفرد طرق اختيار نماذج السلوك الإيجابية وتقليدها فنية من فنيات العلاج العقلاني الانفعالي.

١٢- خفض قابلية الفرد للاستثارة بإيحاءات الآخرين فنية من فنيات العلاج لعقلاني الانفعالي.

١٣- تعليم الفرد مهارات أسلوب حل المشكلة فنية من فنيات العلاج العقلاني الانفعالي.

١٤- تعليم الفرد لعب الدور والتدريب السلوكي فنية من فنيات العلاج العقلاني الانفعالي.

١٥- تدريب الفرد على المهارات فنية من فنيات العلاج العقلاني الانفعالي.

١٦- توجد اختلافات بين فنيات العلاج العقلاني الانفعالي والأساليب العلاجية الأخرى.

(عبد الله ١٩٩٧ : ٢٨١-٢٨٤)

الأفكار العقلانية وغير العقلانية في الإرشاد النفسي:

أولاً: أهداف العلاج العقلاني الانفعالي:

إن هدف وجوهر العملية الإرشادية في نظرية العلاج العقلاني الانفعالي يكمن في مناهضة الفرد لهذه الأفكار الخاطئة، وتبنى أفكاراً معرفية عقلانية، وبروز فهم معرفي جديد يتبعه تعديل في ردود الأفعال الانفعالية والسلوكية، بحيث تكون أكثر واقعية ومتناغمة مع الأحداث والمواقف الحياتية إضافة إلى العمل على إزالة أو خفض النتائج غير المنطقية أو الاضطرابات لدى المسترشد من خلال:

١- تخفيض مشاعر قهر الذات ولوم الآخرين والظروف.

٢- تدريب المسترشد على استخدام أسلوب التحليل المنطقي للاضطرابات، ليكون لديه أدنى مستوى من المشاعر غير المناسبة وإلقاء اللوم على الآخرين. (الطيب ١٩٨١ : ١٢٧)

هذا ويحث العلاج العقلاني الانفعالي المسترشدين على فهم وتبني الأفكار التالية:

١- أن الأحداث الماضية أو الحاضرة لا تسبب الاضطرابات السلوكية والانفعالية، بل أن الأفكار غير العقلانية ذات الصلة بهذه الأحداث، هي التي تؤدي في المقام الأول إلى حل المشكلات السلوكية والانفعالية.

٢- بغض النظر عن الكيفية التي تم بها الاضطراب في الماضي، فإن الاضطراب في الحاضر إنما يعود إلى استمرار المسترشد في التفكير غير العقلاني.

٣- بالرغم من أن الإنسان يميل إلى الاضطراب النفسي من جراء الأفكار المنكرة والضعيفة الهازمة لذاته، فإنه يستطيع التغلب على مشكلاته واضطراباته إذا ثابر على تحدى الأفكار غير العقلانية ومقاومتها بالتصرف بطريقة مخالفة لها.(زهران: ١٩٩٧: ٣٧)

ثانياً: العلاقة الإرشادية:

لا يهتم إليس في العلاج العقلاني الانفعالي بالتركيز على أن تكون العلاقة دافئة مع المسترشد من النوع الذي ينادي به كارل روجرز رائد المدرسة الإنسانية، وإنما يكتفي بعلاقة عادية في إطار احترام شخصية المسترشد، ويقول في ذلك أننا نحترم الفرد وإن كنا لا نحترم أفكاره فالمرشد يحترم قيم المسترشد الاجتماعية والأخلاقية ولا يفرض عليه قيماً مغايرة إلا إذا اقتنع بها المسترشد نفسه فهو يوفر له إما القبول المحايد أو الاعتبار الإيجابي غير المشروط ويرى إليس أن العلاقة الإرشادية في حد ذاتها والطرق الانفعالية والمساندة التفسيرية أو التحليلية للأفكار غير العقلانية يستعان بها على تكوين الألفة والود وتساعد المسترشد على التعبير عن ذاته وإشعاره بالتقبل (الفقي: ١٩٩٢ : ١٨٧).

دور المعالج (المرشد) وفق نظرية العلاج العقلاني الانفعالي:

إن مهمة المرشد طبقاً لهذه النظرية أن يقوم بمساعدة وإقناع المسترشد باستبدال الأفكار والمعتقدات والآراء والاتجاهات الخاطئة بأخرى تكون صحيحة ومعقولة، ويتم ذلك على النحو التالي:

١- اكتشاف الأفكار غير العقلانية خلال الحديث مع المسترشد ومناقشته في أثناء المقابلة.

٢- معرفة الأسباب التي أسهمت في وجود الأفكار غير العقلانية واستمرارها.

٣- مساعدة المسترشد على الاقتناع بأن أفكاره المتعلقة موضوع المشكلة أفكار غير عقلانية، وتحديد الأسباب التي جعلتها على هذا النحو.

٤- توضيح العلاقة بين الأفكار غير العقلانية وموضوع المشكلة، وما ترتب على هذه المشكلة من معاناة وألم وتعاسة للمسترشد.

٥- إقناع المسترشد وتحذيره من أن استمراره في التفكير غير العقلاني يؤدي إلى استمرار الاضطراب الذي يشكو منه، وقد يستخدم المرشد هنا عبارات الهزل والسخف المناسبة في مواجهة الأفكار غير العقلانية للمسترشد.

٦- قيام المرشد بتوضيح كيفية استبدال الأفكار غير العقلانية بأفكار عقلانية وموضوعية مع الاستفادة من معرفة فلسفة المسترشد ورؤيته إلى الحياة والمستقبل وذلك في أثناء محاولات الاستبدال (جمل الليل: ١٩٩٨ : ٣١٨).

هذا ويتسم المرشد في العلاج العقلاني الانفعالي بقوة التأثير على المسترشد، وبقدرته على الإقناع وعلى مراجعة الأفكار غير العقلانية، كذلك فإنه يتميز بأنه نشط من الناحية اللفظية فهو يتكلم أكثر مما يصغي لما يقوله المسترشد، وهو على درجة عالية من النشاط والفعالية.

المحكات التي تساعد المرشد على التمييز بين الأفكار العقلانية وغير العقلانية:

يعتمد المعالج العقلاني الانفعالي على جعل المسترشد يتخلى عن مطالبه Demandingness الأقرب إلى المطالب الطفلية Infantile والتي تعتمد على الأفكار غير العقلانية، أو على أبسط تقدير أقل إصرارًا على إشباعها وعليه أن يتحمل قدراً من الإحباط

وتأجيل الإشباع والتحكم في الذات، وأنه ليس من الضروري على المسترشد أن يحقق كل حاجاته ورغباته تحقيقاً عاجلاً، هذا ويقل الدور التوجيهي للمعالج في المراحل الأخيرة من العلاج حيث يدفع المرشد المسترشد إلى تحمل المزيد من مسئولية التغيير ويدعوه إلى تطبيق الأسلوب العقلاني في حل المشكلات التي يواجهها.

هذا ويقترح والين وزملاؤه (Wale, et al) مجموعة من المحكات التي تساعد المرشد على التمييز بين الأفكار العقلانية وغير العقلانية وهي:

١- أن يراعى الإنسان السياق بشكل مناسب: يتمثل ذلك بأن يأخذ المعتقد في حسابه السياق الداخلي والخارجي الذي يحدث فيه تفاعل المشكلة، فعليه أن يتوقع حدود تأثيرات غير سارة في أي وقت.

٢- أن الفكرة نسبية وظرفية: أي أنها تعتمد على عوامل وظروف أخرى، فالفكرة التي تؤدي الأداء الوظيفي الأفضل تكون على شكل رغبة Desire أو إرادة Want، أو أملHope أو تفضيل Preferance ولا تصل إلى حد الينبغيات.

٣- أن الفكرة تؤدي إلى توسط واعتدال انفعالي والأفكار التي تسهم في الأداء الأكثر وظيفية للفرد تؤدي إلى مشاعر تتدرج من المستوى المعتدل إلى المستوى الأقوى، والإثارة الانفعالية المعتدلة تقوم بدور هام في الدافعية والبحث عن حلول بديلة للمشكلات بينما الإثارة الانفعالية الضعيفة أو القوية فتمثل عقبة في طريق حل المشكلات.

٤- أن تعكس الفكرة انفتاحاً على خبرة جديدة: إن الفكرة المرتبطة بالأداء الوظيفي الجيد للفرد وتسمح له بحرية البحث عن حلول بديلة للمشكلات بطريقة أقل إثارة للخوف، ويتبع ذلك أن تقبل المخاطر كجزء من الثمن الذي يدفع لتحقيق الهدف. (كفافي: ١٩٩٩ : ٣٣٣).

ثالثاً: أساليب العلاج العقلاني والانفعالي:

يستخدم المرشد المتبع للعلاج العقلاني الانفعالي مجموعة من الأساليب المعرفية والانفعالية والسلوكية لإقناع المسترشد بالتخلي عن أفكاره غير العقلانية واستبدالها بأفكار أخرى عقلانية وموضوعية ومن هذه الأساليب والطرق:

أ- الطرق المعرفية:

يستخدم المعالج العقلاني الانفعالي مجموعة كبيرة من الطرق العلاجية المعرفية التي تشتمل على التحليل الفلسفي والمنطقي للأفكار غير العقلانية، والتعليم والتوجيه، تفنيد الاستنتاجات غير الواقعية، ووقف الأفكار والإيحاءات والتشويه المعرفي. وفي صورته المشهورة فإن المعالج العقلاني الانفعالي يحلل الاضطراب الانفعالي والسلوكي في ضوء النموذج (A.B.C)، أي أن النتائج ليست وليدة الأحداث النشطة التي تسبقها (A) ، وإنما هي نتيجة نظام التفكير (B)، ثم الانتقال إلى تفنيد Disputing الأفكار غير العقلانية وهو ما يرمز إليه (D)، الأمر الذي يساعد على تحقيق، إعادة بناء الجوانب المعرفية.

ب- الطرق الانفعالية:

يستخدم المرشد في العلاج العقلاني الانفعالي مجموعة من الأساليب التي تتعامل مع مشاعر وانفعالات المسترشد، ومن هذه الأساليب أسلوب التقبل غير الشروط، أسلوب تمثيل الأدوار، وكذلك أسلوب المرح، وأسلوب مهاجمة الشعور بالخزي والدونية وغيرها من أساليب المواجهة التي تساعد المسترشد على إظهار نفسه، والتعرف على مشاعره السلبية وأن يكون على اتصال بمشاعره الشخصية وأن يحاول تغييرها بالإضافة إلى الجوانب المعرفية والسلوكية.

ج- الأساليب السلوكية:

العلاج العقلاني الانفعالي هو نوع من العلاج السلوكي المعرفي ويستخدم الأساليب السلوكية الرئيسة في حدود الإطار النظري للعلاج العقلاني، ومن بين هذه الأساليب السلوكية المستخدمة:

١- الواجبات المنزلية النشطة التي يكلف بها المسترشد لمواجهة المواقف التي يخاف أو يخجل منها الفرد.

٢- أساليب الاشتراط الإجرائي مثل التنفير والعقاب والتشكيل.

(الشناوي: ١٩٩٤ : ١١٥-١١٦).

وبشكل عام فإن العلاج العقلاني الانفعالي هو أسلوب فريد من العلاج النفسي مخصص ليتمكن المسترشد من ملاحظة وفهم الأفكار غير العقلانية في حياته، ومن ثم مهاجمتها، أو كنتيجة لمناقشة تلك الأفكار غير العقلانية، فإن المسترشد يسعى لاكتساب نظرة واقعية للحياة هذا ويؤدي المسترشد إلى تطبيق التفكير العقلاني على الأمور التي تستجد في المستقبل وليس فقط تلك التي تحدث في الحاضر.

(ب) وجهتي الضبط الداخلي والخارجي:

مقدمة:

يعتبر جوليان روتر Julian Rotter أول من قدم مفهوم وجهة الضبط في نسق نظري متكامل يستند فيه إلى مدرستين كبيرتين من مدارس علم النفس هما المدرسة السلوكية أو نظريات التدعيم، والمدرسة المعرفية بالإضافة إلى الدراسات التي تمت في مجال التعلم المركب Complex Learning بخاصة تلك المرتبطة بالأداء الناجح أو الأداء الفاشل في مواقف التعلم الغامضة (موسى: ١٩٨٥ : ٣٦).

يعتبر هذا المفهوم أحد متغيرات الشخصية الهامة لما له من تأثير على نوع تفكير الفرد، فالفردالذي يعتبر نفسه مسؤولاً عما يحدث له يكون ذا تفكير سليم وإرادة قوية وثقةبالنفس على عكس الفرد الذي يلقى التبعة على غيره، ومن ثم ترتبط وجهةالضبط، بقدرة الفرد على التفكيرالجيد والمستقل وعدم قبول ما هو شائع ومتبع دون نقدوتمحيص. (الكناني: ١٩٩٠ : ٦٢٣).

ويرى هوركس وجاكسون (Horrecks, Jackson) أن وجهة الضبط ظاهرة نفسية تعتمد على إدراك وتفسير ينبعان من الشخص نفسه، ومن أفعاله كنتيجة لتأثره في الظواهر المحيطة به سواءً أكانت خارجية أم داخلية وتفسير هذه الأفعال يتجه مباشرة إلى كيفية استجابة الفرد، وقد يعتقد الشخص أن الضبط هو ما قد يحدث له نتيجة لأفعاله ثم يبدأ بالتقييم والتعبير عن نفسه، وأن ما يفكر فيه ليس له تأثير فإنه يمكن استنتاج سلوكه من الآخرين، وبذلك يصبح غير مسئول عن نفسه ولا عن تصرفاته في هذا الموقف وبالتالي تكون وجهة الضبط لديه خارجية، وحينما يعتقد أن ما يفكر فيه له تأثير على تصرفاته فإن وجهة الضبط تكون داخلية. (دسوقي: ١٩٨٨ : ٢١٢).

الجذور التاريخية لتطور مفهوم وجهة الضبط:

كانت بداية نشأة مفهوم وجهة الضبط على يد العالم الألماني فيبر أثناء الحرب العالمية الثانية، ثم توالت الدراسات والبحوث على هذا المفهوم من خلال التغذية الراجعة، وكانت الأسس النظرية التي قامت عليها تلك الدراسات والبحوث هي أن الإنسان يملك جهازاً عصبياً يمثل جهازاً للضبط أو التحكم الذاتي، وأن هذا الجهاز يتمتع بمرونة وقدرة على تغيير أنماط الضبط الذاتي للسلوك الإنساني، كما يعمل هذا الجهاز العصبي على استثارة الإنسان نحو توجيه سلوكه بنفسه، وتنظيم استجاباته عن طريق معرفة الفرق بين النشاط الصادر عنه وبين الهدف المراد تحقيقه.

ويستخدم مصطلح التغذية الراجعة لوصف التفاعل المتبادل بين نوعين أو أكثرمن الأحداث، ثم إصدار سلوك في اتجاه هدف معين ثم مقارنة آثارهذا السلوك بسلوك الاتجاه الصحيح فإن وجد خطأ في توجيه السلوك يعاد توجيه وتنظيم السلوك اللاحق. (الصماني: ١٤٢٠: ٢٨).

وفي أواخر الأربعينات وأوائل الستينات من القرن الماضي قام روتر بتنفيذ العديد من الأبحاث الضرورية لإرساء دعائم وجهة نظره في التعلم الاجتماعي، وتوجت هذه الأبحاث بنشره كتاب في التعلم الاجتماعي وعلم النفس الإكلينيكي في عام ١٩٥٤م وفي عقد الستينات كرس روتر نفسه لتقصي وتوضيح وتطبيق نظريته في مجالات متعددة، وتوجت هذه الفترة بنشره لكتاب تطبيقات لنظرية التعلم الاجتماعي في الشخصية.

وفي عقد السبعينات وكنتيجة لانطلاق حركة الحقوق المدنية والحرب الفيتنامية تجلى كتيب روتر الخاص بالضبط الداخلي والخارجي والذي أعده في عام ١٩٦٦م، الأمر الذي أدى إلى أن أصبح هذا المفهوم من أكثر مفاهيم علم النفس خضوعاً للبحث الواسع سواء داخل الولايات المتحدة أو خارجها (الديب: ١٩٩٤ : ١٨٢).

هذا وولد جوليان روتر العقل المدبر لنظرية التعلم الاجتماعي عام ١٩١٦م في بروكلين بنيويورك، وحصل على درجة الدكتوراة عام ١٩٤٠م من جامعة انديانا الأمريكية، وبعد أن قضى فترة وجيزة من العمل بالعيادة النفسية التابعة للجيش الأمريكي، أصبح مستشاراً لشؤون الأفراد في سلاح الجو، وفي عام ١٩٤٦م أصبح أستاذاً لعلم النفس ومديراً للعيادة النفسية بجامعة أوهايو، وفي عام ١٩٦٣م انتقل لجامعة كونتكتيت ليعمل أستاذاً لعلم النفس واتسم تاريخه العلمي بوفرة الإنتاج والمشاركة الفعلية في التدريب الإكلينيكي والعمل المكثف في العديد من المجالس واللجان لرابطة علم النفس الأمريكية وساهم في إجراء العديد من البحوث والدراسات التي كانت سبباً في منحه الكثير من مراتب الشرف.

تأثر روتر بآراء العديد من أصحاب نظريات التعلم مثل ثورندايك، هل، كانتور، ليفين، تولمان كما تأثر أيضاً بآراء فرويد وأدلر، وانعكس هذا التراث الفكري المتنوع بشكل واضح في صياغته لنظرية التعلم الاجتماعي. (حجاج: ١٩٨٦ : ٢١٤).

نظرية التعلم الاجتماعي المعرفي:

اعتمد روتر في صياغته لنظرية التعلم الاجتماعي على محاولة إيجاد تجانس أو تقارب بين اتجاهين متباعدين هما نظرية المثير والاستجابة أو نظريات التدعيم والنظريات المعرفية أو نظريات المجال. (اللهيبي: ١٩٩٢ : ٢١٤).

ويرى روتر أن نظريته هذه هي نظرية تعلم اجتماعي لأنها تؤكد على الحقيقة القائلة أن "أشكال السلوك الأساسية يجرى تعلمها في المواقف الاجتماعية، وهي تلتحم بصورة لإفكاك فيها بالحاجات التي يتطلب إشباعها وجود أشخاص آخرين. (حجاج: ١٩٨٦: ٢٠٧)

ويشير أبو ناهية (١٩٨٩ : ٢٨٢)، إلى أن نظرية التعلم الاجتماعي تهتم بالبحث في السلوك المعقد للأفراد في المواقف الاجتماعية المختلفة، فهي لا تعتمد على تقديم تفسير دقيق للأساليب التي من خلالها يتم اكتساب أنماط معينة من السلوك الإنساني وإنما هي نظرية كلية تهدف إلى التنبؤ بالسلوك الذي يمكن حدوثه في موقف ما، فهي تؤكد على أداء الإنسان في المواقف الاجتماعية، الأمر الذي أدى بها إلى أن تكون بعيدة عن دراسة سلوك الحيوان أو الدراسات الاجتماعية، الأمر الذي أدى بها إلى أن تكون بعيدة عن دراسة سلوك

الحيوان أو الدراسات المعملية الفيسولوجية. أيضاً فهي تعد محاولة كبيرة لربط عدة مراحل منفصلة في علم النفس في وقت واحد، وتعد بذلك نظرية من أوسع نظريات السلوك الإنساني، وهي تقدم إطاراً للتعامل مع السلوك الظاهري والسلوك المعرفي والشخصية الإنسانية بالإضافة إلى العديد من المتغيرات.

الملامح العامة لنظرية التعلم الاجتماعي:

تختص هذه النظرية بعدة ملامح تميزها عن غيرها من نظريات التعلم الأخرى وهي:

١- تأكيدها على الجمع بين ثلاثة اتجاهات رئيسة في علم النفس هي السلوك – المعرفة – الدافعية – بالإضافة إلى السياق الاجتماعي الذي يحدث فيه التعلم.

٢- يمكن سحب تطبيقاتها على العديد من المجالات مثل أهمية التعلم، الشخصية، القياس النفسي، علم النفس الاجتماعي، الصحة النفسية والعلاج السلوكي.

٣- بالرغم من تأثرها بنظريات التعلم الارتباطي القائمة على التعزيز، إلا أنها أضافت إلى معادلات التنبؤ بالسلوك مفهوم التوقع. (الزيات: ١٩٩٦ : ٣٣٨).

الفروض الأساسية لنظرية التعلم الاجتماعي:

تقوم هذه النظرية على عدد من الفروض الأساسية، التي تعد محاوراً رئيسية لها وهي:

١- السلوك الإنساني هو دالة لنمط التفاعل بين الفرد المدرك وبيئته المعنوية المدروسة أو ذات المعنى.

٢- الشخصية الإنسانية متعلمة، وهي تنمو وتتطور وتتعدل بتغير الأنماط السلوكية المتعلمة أو المكتسبة.

٣- الشخصية الإنسانية وحدة أساسية تقوم على التماسك والاتساق.

٤- سلوك الأفراد ليس محكوماً بالدوافع الأولية، وإنما محكوم بالتوقعات التي تحدد مدى التقدم نحو الهدف الموجه بدوافعهم.

٥- التعزيزات التي يتلقاها الأفراد هي التي تدعم تقدمهم نحو الأهداف المشبعة لدوافعهم. (الزيات: ١٩٩٦ : ٣٤٠).

المفاهيم الأساسية لنظرية التعلم الاجتماعي:

قدم روتر أربعة مفاهيم أساسية في نظريته للتعلم الاجتماعي المعرفي، والتي انبثق منها مفهوم وجهة الضبط الداخلي – الخارجي وهي:

١- جهد السلوك:

هذا المفهوم نسبي يشير إلى احتمال قيام الإنسان بالاستجابة لمثير ما مقارنة بأنماط السلوك البديلة والمتاحة.

ويعرف روتر هذا المفهوم بأنه القدرة الكافية لأي سلوك يحدث في أي موقف أو أكثر كما هو محسوب بالنسبة لأي شكل أو مجموعة أشكال التعزيز.

٢- قيمة التعزيز:

يرى روتر أن قيمة التعزيز هي درجة تفضيل الفرد ورغبته في حصول تعزيز ما، إذا كانت فرص حصول أشكال التعزيز الأخرى البديلة متساوية.

٣- الموقف النفسي:

وهو البيئة الداخلية أو الخارجية التي تحفز الفرد بناءاً على خبراته وتجاربه ليتعلم كيف يستخلص أعلى مستوى من الإشباع في أنسب مجموعة من الظروف.

٤- التوقع:

وعرفه روتر بانه "الاحتمالية التي يضعها إنسان ما بأن التدعيم يحدث كوظيفة للسلوك المحدد الذي سيقوم به في موقف أو مواقف معينة، وأن التوقع مستقل عن قيمة التعزيز.

(الكناني: ١٩٩٠ : ٦١٨)

إن الصياغة الأساسية لمعادلة السلوك في هذه النظرية هي أن إمكانية حدوث سلوك ما في موقف نفسي معين هو دالة أو وظيفة للتوقع بأن هذا السلوك سوف يؤدي إلى تعزيز معين في هذا الموقف، مع وضع هذا التعزيز في الاعتبار.

ويرى روتر أن إدراك الفرد للتدعيم الذي يصادفه مرتبط بشكل كبير بسلوكه، وأن قوة أو ضعف احتمال صدور السلوك في المواقف المشابهة يتوقف على إيجابية التدعيم أو سلبيته، فعندما يرى الفرد أن التدعيم الذي يتبع سلوكه خارج عن نطاق تحكمه أو سيطرته أو غير متسق مع سلوكه فإنه يعزو هذا التدعيم إلى عوامل خارجية مثل الحظ أو القدر والصدفة أو الأشخاص ذوي التأثير أو النفوذ الأقوى، أو قد يعزوه لعوامل يصعب التنبؤ بها، وعلى ذلك يحتمل أن يضعف هذا السلوك، بمعنى أن احتمال صدوره من المواقف المماثلة في المستقبل يصبح احتمالاً ضعيفاً.

وفي ضوء الإطار السبق نكون أمام نوعين من المواقف التي يتم خلالها اكتساب السلوك أو تعلمه، فالفرد الذي يدرك العلاقة السببية بين سلوكه والتدعيمات التالية سواء

كانت إيجابيةأو سلبية ينشأ لديه اعتقاد في الضبط الداخلي وبالتالي يعتبر أن المهارة لها دوركبيرفي تعلمه أساليب السلوك المختلفة في أي موقف. أما الفرد الذي لا يدرك العلاقة السببية بين سلوكه في التدعيمات التالية فهو من المعتقدين في الضبط الخارجي، ولذا يعتبر أن الصدفة لها دور كبير في تعلمه أساليب السلوك المختلفة في أي موقف.

(الكناني: ٥: ١٩٩٠)

مفهوم وجهتي الضبط Locus of Control:

تعد نظرية روتر في وجهة الضبط الداخلي مقابل الضبط الخارجي تطور مباشر لبعض أفكار هيدر Heider وأيضاً متصلة اتصالاً وثيقاً بها. فهيدر يرى أن هناك ترابطاً بين العوامل الداخلية والخارجية التي تسبب السلوك والعواقب المميزة طبقاً لقدرة الفرد وخبرته، ويرى أن هذه الدرجة من الوعي الإدراكي تعتمد على دراسة سابقة لشخصية الفرد من خلال الملاحظة والخبرة في التقييم والمكافأة المرتبطة بها أو من خلال النجاح والفشل، وقد قام هيدر بصياغة نظرية التبرير أو العزو، في عام ١٩٤٤م التي تأثرت كثيراً بعلم النفس الجشطالتي وبالذات بأفكار ليفين، وتهتم هذه النظرية بمحاولة تفسير العلاقة بين سلوك الفرد وما يعزوه من أسباب لهذا السلوك كما يدركها الفرد نفسه. (مقابلة : ١٩٩٦ : ١١٠)

ويرى روتر أن وجهة الضبط هي إدراك الفرد للعلاقة بين سلوكه وما يرتبط به من نتائج، فهي سمة شخصية تساعد الفرد على أن ينظر إلى إنجازاته من نجاح أو فشل في ضوء ما لديهم من قدرات، وما يستطيع القيام به من مجهودات في سبيل تحقيق أهدافه، وما يرجوه من نتائج لهذا السلوك.

ويؤكد دي شارمز Decharms أن هناك علاقة كبيرة بين نظرية التبرير أو العزو لهيدر Heider وبين مفهوم وجهة الضبط الذي انبثق من نظرية التعلم الاجتماعي لروتر.(الديب: ١٩٩٤ : ٢٢٤)

تعريف وجهة الضبط:

ويعرف التويجري مفهوم وجهة الضبط بأنه أحد أبعاد الشخصية الهامة بالسلوك التنظيمي ويتعلق باعتقاد الأفراد لمدى تحكمهم بالأحداث المحيطة بهم. (الصماني: ١٩٩٥ : ٣٢)

تعرفه دافيدوف بأنه مدى إدراك الأفراد بأن الأحداث التي تقع لهم تعتمد على سلوكهم. (بادبيان: ١٤٢٠ : ٢٠).

ويعرفه عبد الله وعسكر (١٩٩٤ : ٣٢) بأنه كيفية إدراك الفرد لمواجهة الأحداث في حياته أو إدراكه لعوامل الضبط والسيطرة في بيئته.

أنماط وجهتي الضبط:

ويرى روتر أن مدى أو درجة إدراك الأفراد لما يحدث لهم يختلف من فرد لآخر، ويرجع هذا الاختلاف إلى عدة عوامل أساسية هي:

١- العوامل الدافعة للفرد والبحث عن تفسير لها.

٢- العوامل المؤثرة في اختيار السبب.

٣- العوامل الناتجة عن اختيار ميزة عرضية بدلاً من مثير مميز. (الديب: ١٩٩٤ : ٢٢٤)

وبناءاً على ذلك فهو يصنف الأفراد إلى فئتين طبقاً لمفهوم وجهة الضبط وهما:

١- فئة الضبط الداخلي: Internal Locus of Control ويعرف روتر أصحاب هذه الفئة بأنهم الأفراد الذين يعتقدون أن التدعيمات الإيجابية أو السلبية التي تحدث لهم في حياتهم ترتبط بالدرجة الأولى بعوامل داخلية أو عوامل تتعلق بشخصيتهم مثل الذكاء، المهارة، الكفاءة. (خليفة: ١٩٨٩ : ١٠٤).

ويعرف فارس Phares أصحاب هذه الفئة بأنهم هم الأفراد القادرون على التأثير في الحياة الاجتماعية ومقاومة الضغوط ويكرسون جهودهم لتحقيق المزيد من النجاح والإنجاز. (مقابلة: ١٩٩٤ : ٥٤٦).

ويعرف موريس Morris أصحاب هذا النوع من وجهة الضبط بأنهم هم الأفراد الذين يرون أنفسهم أصل لتدعيمهم ومكافأتهم. (الكناني: ١٩٩٠ : ٦٢).

٢- فئة الضبط الخارجي: External Locus of Control :

عرف ديفز أصحاب هذا النوع من الضبط بأنهم الأفراد الذين يميلون إلى عزو نجاحهم أو فشلهم إلى عوامل خارجية مثل الحظ والقدر والصدفة ونفوذ الآخرين.

وتعرف خلف الله (١٩٩٣ : ٤٠٣) أصحاب هذه الفئة بأنهم هم الأفراد الذين يرون بأن التعزيز يأتي إليهم من خارج أنفسهم فيكون استنادهم إلى القدر أو الحظ أو تأثير الآخرين، ويلقون تبعة الأحداث على تلك العوامل الخارجية.

ويعرفهم بن سيديا (١٩٨٦ : ٢٣) بأنهم هم الأفراد الذين يعتقدون بأن الإنجاز يعتمد بشكل كبير على عوامل الحظ الصدفة أو تصرفات ذوي النفوذ في المجتمع.

هذا ويؤكد روتر أنه لا توجد أنماط نقية من هاتين الفئتين من وجهة الضبط، فقد يختلف إدراك الفرد نفسه لوجهة الضبط من موقف لآخر كما يختلف من شخص لآخر في نفس الموقف ويرجع ذلك إلى عوامل مختلفة من أهمها الدافعية ومعززات السلوك ومحددات الدور والموقف. (خلف الله: ١٩٩٣: ٣٩٨).

ويرى الباحثون الأوائل في وجهة الضبط أمثال فارس، فرانكلين أن وجهة الضبط متغير أحادي البعد، ويعود هذا إلى أن معظم الدراسات المبكرة اعتمدت على قياس الضبط لدى العينات باستخدام اختبار روتر حيث أظهرت استجابات الأفراد لفقرات هذا المقياس عاملاً واحداً هو الضبط الداخلي مقابل الضبط الخارجي.

ويوضح وولك وهاردي (Wolk and Hardy) أن محاولات تقديم وجهة الضبط كمتغير متعدد الأبعاد من خلال نتائج التحليل العاملي ما زالت في بدايتها. (موسى: ١٩٩٨: ٩٦)

ويرى روبين أن وجهة الضبط عبارة عن متصل ذو قطبين ينشأ من الاعتقاد في وجهة الضبط الخارجي، إلى الاعتقاد في وجهة الضبط الداخلي.

ويرى كل من لوندون واكسنر (Landon and Ecksnner) أن مفهوم وجهة الضبط ليس مفهوماً بثولوجياً، فهو لا يهدف إلى تصنيف الناس إلى فئتين داخليين وخارجين، ولكنه يُعد ومن أبعاد الشخصية يقع على متصل يمكن توزيع الناس على امتداده، ولعل عزو النفس إلى ضبط داخلي أو خارجي أمر يقتضيه الموقف العلمي، والحاجة إلى عدد من العوامل المتداخلة. (اللهيبي: ١٩٩٥ : ٢٤)

نخلص مما سبق إلى أن وجهة الضبط بعد شأنه في ذلك شأن الأبعاد النفسية الأخرى يتوزع فيه الناس على مقياس مستمر وبالتالي يختلفون اختلافاً كمياً على هذا المقياس، ولا يمكن تصنيف الناس فيه ضمن قطبين متمايزين إما أن يكون الفرد ذو وجهة ضبط داخلية أو ذو وجهة ضبط خارجية، وبمعنى آخر فإن الفروق في وجهة الضبط هي فروق في الدرجة وليست في النوع فالضبط الداخلي مقابل الضبط الخارجي يمثل متصلاً أي أن هناك خطًا متصلاً يبدأ بالضبط الداخلي ويقع فيه أقصى درجات الضبط الداخلي ويمتد هذا الخط إلى وجهة الضبط الخارجية والذي يقع فيه أقصى درجات الضبط الخارجي، وبذلك فإن معظم الأفراد يتركزون في الوسط مما يعني أن القليل من الأفراد هم ضمن أطراف المنحنى الاعتدالي.

خصائص وسمات ذوي وجهة الضبط الداخلي:

كشفت العديد من البحوث والدراسات عن بعض الخصائص والاتجاهات التي تميز الأفراد ذوي وجهة الضبط الداخلي والتي يمكن استخلاصها في مجالات السلوك والنشاط الإنساني، ومن هذه السمات:

١- إمكانية الاستكشاف و الوصول إلى المعلومات ثم القدرة على تنظيمها بفعالية وصولاً إلى حل المشكلات، فضلاً عن القدرة على استرجاع المعلومات ومعالجتها بأشكال مختلفة.

٢- القدرة على تأجيل الإشباع ومقاومة كل ما يمكن أن يغري أو يؤثر على الإشباع.

٣- الاتصاف بالمودة والاحترام والحب ومشاركة الآخرين واحترام الذات.

٤- العمل والأداء المهني الفعال، والشعور بالرضى المهني.

٥- الاتصاف بمرونة التفكير والإبداع وتحمل المسئوليات وارتفاع التحصيل والأداء.

٦- الاتصاف بالصحة النفسية والتوافق، الرضى عن الحياة والثبات الانفعالي والهدوء النفسي. (العتيبي: ١٤٢١ : ١٨).

خصائص وسمات ذوي وجهة الضبط الخارجي:

اتفقت نتائج العديد من الدراسات على أن الأفراد ذوي وجهة الضبط الخارجي يتميزون بدلالة واضحة عن ذوي وجهة الضبط الداخلي في الخصائص التالية:

١- أنهم أكثر سلبية وعدم مشاركة في الإنتاج.

٢- أنهم أقل مشاركة في التفاعلات الاجتماعية الشخصية.

٣- تنخفض لديهم درجة الإحساس بالمسئولية عن الأحداث.

٤- الاتصاف بالاستسلام والانهزامية.

٥- أنهم يربطون التدعيمات التي يحصلون عليها بالعوامل الخارجية، حيث يعزون النجاح أو الفشل إلى عوامل الصدفة، الحظ والقدر.

٦- يتصفون بعدم القدرة على مقاومة الضغوط، وعدم القدرة على التأثير في الآخرين.

(خلف الله: ١٩٩٣ : ٣٩٨).

هذا ويؤكد فارس Phares أنه من الخطأ أن نستنتج أن وجهة الضبط الداخلي هو الاتجاه الأفضل دائماً، وأن ذوي وجهة الضبط الخارجي سيئين مقارنة بذوي وجهة الضبط الداخلي، وإنما هما سمة شخصية وبعد نفسي واحد، وأن اختلاف الناس فيه يكمن في الدرجة وليس في النوع. (اللهيبي: ١٩٩٥ : ١٢٨).

العوامل المرتبطة بوجهتي الضبط الداخلي – الخارجي:

وجد جيورين وزملاؤه (Gurin et . al) بعد التحليل العاملي لاستجابات الأفراد على مقياس الضبط أن هناك عدة عوامل ترتبط بوجهة الضبط وهي:

١- أيديولوجية الضبط ومعتقداته.

٢- الضبط الشخصي والداخلي.

٣- قابلية النظام للتعديل.

٤- معتقدات وأفكار السلالة.

كما وجد كولنز (Collins) عن طريق التحليل العاملي لاستجابات ٣٠٠ مفحوص من طلاب الجامعة أن هناك عدة عوامل مميزة للتدعيم بالإضافة إلى وجهة الضبط الداخلي – الخارجي، وهذه العوامل هي:

١- الاعتقاد بصعوبة العالم.

٢- وجود عالم عادل.

٣- عالم قابل للتنبؤ.

٤- عالم مستجيب سياسياً.

(موسى: ١٩٩٨ : ٩٦)

هذا ويشير وينر (Weinr) إلى أن هناك عدة عوامل مؤثرة في نتائج الموقف وهي:

١- قدرة الفرد والتي ترتبط طردياً مع وجهة الضبط الداخلي.

٢- الجهد الذي يبذله الشخص، ويرتبط طردياً مع وجهة الضبط الداخلي.

٣- صعوبة الموقف التي تزيد من درجة الاعتقاد بوجهة الضبط الخارجي.

٤- الخطأ والصدفة واللذان يؤثران في زيادة الاعتقاد بوجهة الضبط الخارجي.

(الصماني: ١٩٩٩ : ٣٣)

ويشير روتر وآخرون إلى أن حدوث التعزيز يرتبط بالعالم الخارجي لعدة أسباب، وهذا الارتباط يجعلنا أمام عدة عوامل أو أنواع من الضبط الخارجي وهي:

١- الحظ أو الصدفة: وهذا يمثل اعتقاداً بأن العالم غير قابل للتنبؤ أو التأثيرات الاحتمالية، غير الخاضعة للعقل ومن وجهة نظر الشخص تعد تلك العوامل المسئولة عن حدوث التعزيزات.

٢- القدر: وهو يمثل اعتقاداً لدى الشخص بأنه لا يمكن أن يتدخل أو يغير مسار الأحداث.

٣- تحكم الآخرين الأقوياء: ويمثل اعتقاداً لدى الشخص بأن التعزيزات تقع في أيدي أشخاص آخرين أكثر قوة وتأثيراً من الفرد نفسه وهو لا يستطيع أن يؤثر فيهم لأنه ضعيف.

٤- الحياة معقدة ويصعب التنبؤ بها: حيث يختلط على الشخص العديد من الأمور التي يعتقد من خلالها أن الحياة معقدة ولا يمكن فهمها أو التنبؤ بها أو ضبطها.

(الأعسر: ١٩٨٣ : ٢٥٩)

العوامل المؤثرة على وجهتي الضبط الداخلي – والخارجي:

تسعى الدراسات النفسية عموماً إلى فهم السلوك الإنساني وضبطه والتنبؤ به، ويحاول علماء النفس تحقيق هذا الهدف من خلال التعرف على متغيرات هذا السلوك الإنساني والعوامل المؤثرة فيه وبيان العلاقات الوظيفية بينها في سبيل تحقيق المزيد من السيطرة على الظواهر السلوكية.

١- العمر الزمني:

ذكر كل من عبد الرحيم (١٩٨٥)، وأبو ناهيه (١٩٨٧) وإبراهيم (١٩٨٧)، والديب (١٩٩٤) أن العمر الزمني يعد من أكثر العوامل تأثيراً على وجهتي الضبط، ولا سيما وجهة الضبط الداخلي والتي تزداد بدلالة إحصائية مع الزيادة في عمر الأطفال حيث يرتبط نمو الضبط لديهم في عمر ٩-١١ سنة، وهذا يشير إلى أن هناك علاقة تطورية ملحوظة بين العمل ومفهوم وجهتي الضبط الداخلي – الخارجي والذي يعد أحد السمات الشخصية الهامة والتي تسهم في تكوين القيم وبلورة الأهداف لدى الفرد على ضوء التبصر بالإمكانات والقدرات والاهتمامات والرغبات المختلفة.

٢- التنشئة الاجتماعية:

مفهوم وجهتي الضبط أحد المفاهيم التي يكتسبها الإنسان منذ مراحل عمره المبكرة من خلال عملية التنشئة الاجتماعية والتي تسهم بشكل فعال في التنمية العامة لمصدر قراراته وإدراكه لعملية عزو الأسباب أو إرجاعها إلى عوامل داخلية أو عوامل خارجية، ويشير كل من عبد الرحيم (١٩٨٥) وحداد (١٩٩٠) وخلف الله (١٩٩٣) والديب (١٩٩٤) واللهيبي (١٩٩٥) إلى أن الأفراد الذين يتصفون بالضبط الداخلي يكونون غالباً من أسر تتسم بالحب والديموقراطية والنظام والمعايير المستقرة إضافة إلى أنها توفر لأبنائها الرعاية النفسية وتدفعهم إلى تحمل المسئولية واتخاذ القرارات في ظل إعطائهم الحرية الكافية لإدارة شئون حياتهم الخاصة الأمر الذي يرسخ لديهم مفهوم الجهد الذاتي كمصدر أو كسبب للحصول على التعزيز من قبل الآخرين. في حين الأفراد ذوي وجهة الضبط الخارجي يتتمون إلى أسر يشيع فيها الحرمان العاطفي والتسيب في المعاملة الوالدية أو الحماية الزائدة أو التنشئة المتسلطة أو غياب أحد الأبوين الأمر الذي يؤدي إلى الاعتقاد بالحرمان من الحصول على الكثير من الحقوق مقارنة بالآخرين مما ينمي لدى أولئك الأفراد أساليب عزو غير تكيفية.

٣- المستوى الثقافي:

تشير دراسة الديب (١٩٩٤) إلى أن هناك فروقاً بين ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي، وترجع هذه الفروق إلى الاختلاف في المستوى الثقافي والأكاديمي للأفراد، ويرى أنه كلما انخفض مستوى مؤهلات الفرد العلمية انخفضت معها درجته في الضبط الداخلي، وهو ما يؤكد أن لثقافة المجتمع والبيئة التي يعيش فيها الفرد أثراً في تحديد وجهة الضبط لديه.

٤- المستوى الاجتماعي والاقتصادي:

أشار كل من عبد الرحيم (١٩٨٥) واللهيبي (١٩٩٥) إلى أن المستويين الاجتماعي والاقتصادي للفرد يلعبان دوراً هاماً في تحديد وجهة الضبط لديه، حيث أن المكانة الاجتماعية والاقتصادية تساعد على تنمية أو إعاقة مدى شعور الفرد بإمكانية التحكم في أحداث الحياة والسيطرة عليها فأبناء الطبقة الاجتماعية والاقتصادية المنخفضة يميلون إلى وجهة الضبط الخارجي نظراً لوجود إدراك خاطئ لصعوبة العالم أو الموقف النفسي ولفهم غير واضح لمصادر التعزيز في ظل غياب الشعور بالاستقلال وتشجيع القدرات، في حين أن أبناء الطبقة الاجتماعية والاقتصادية المرتفعة يميلون إلى وجهة الضبط الداخلي لتوفر عوامل الإحساس بالكفاءة والقدرة على تغيير مجرى الأحداث لما ينشئون عليه من الاستقلال وتشجيع الفروق الفردية.

٥- الذكاء:

تشير دراسة موسى (١٩٨٥) والتي اهتمت ببحث العلاقة بين مستويات الذكاء ووجهة الضبط الداخلي لدى المراهقين من الجنسين ممن يدرسون في الصفين الثالث المتوسط والأول الثانوي في المملكة العربية السعودية، تشير نتائج هذه الدراسة إلى أن الطلاب ذوي الذكاء فوق المتوسط يميلون إلى وجهة الضبط الداخلي، في حين أن المراهقين ذوي الذكاء دون المتوسط يميلون إلى وجهة الضبط الخارجي ويشير عبد الله وعكسر (١٩٩٤) إلى أن نتائج دراسة براون قد أكدت على وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الذكاء ووجهة الضبط، الأمر الذي يعكس أهمية الذكاء كعامل مؤثر في تحديد وجهة الضبط لدى الأفراد.

تقوية وجهة الضبط:

أوضح ليفكورت (Lefcourt: 1982) أن معظم المعالجين النفسيين يعملون على زيادة وجهة الضبط الداخلي لدى العملاء المترددين عليهم، وأن استجابة العملاء للعلاج هو في حد ذاته دليل على ارتفاع مستوى ضبطهم الداخلي، ومن ثم يفترض ليفكورت أن عملية تعلم كيفية التوافق مع مواقف الضغوط أو الانعصاب، ومحاولة التفاعل مع المشكلات التي يواجهها الفرد في حياته تتضمن في واقع الأمر تقوية وجهة الضبط الداخلي.

وهذه هي الخاصية التي تحاول طرق العلاج النفسي مساعدة الأفراد على تحقيقها، ومما يذكر في هذا الصدد أن أكثر طرق العلاج التي حققت نتائج مرضية في تقوية وجهة الضبط الداخلي تلك التي اعتمدت على النموذج السلوكي المعرفي الذي يركز فيه المعالجون على علاقة سلوك العميل بكل من الثواب والعقاب بالإضافة إلى مساعدة العميل على فهم العلاقة السببية بين السلوك والنتائج السلبية أو الإيجابية التي يحصل عليها وهو ما يعرف في نظرية العلاج العقلاني الانفعالي بنموذج (A.B.C) .

ويرى ديمبو (Dembo : 1991 : 414) أنه لابد عند تقوية وجهة الضبط الداخلي لدى الأطفال من توافر عاملين هامين هما الأمن والاستقلالية لما يؤديانه من دور هام في تشجيع وتقدير المبادرة الذاتية والمنافسة، وفرص مواجهة المشكلات المختلفة وحلها دون تهديد بنتائج الفشل ومتابعاته في حالة عدم الإنجاز.

وفي الدراسة التي أجراها ستيفنس (Stefns : 1987) على عينة مكونة من ٢٠ فرداً للتحقق من فعالية برنامج عقلاني انفعالي في تعديل الاكتئاب، قلق الموت، وجهة الضبط، والذي استمر لدة ٧ أسابيع، تبين فعالية ذلك البرنامج في تنمية وتعديل وجهة الضبط وبقية المتغيرات الأخرى.

وقام أوميزو وآخرون (Omizo - et al 1985) بدراسة هدفت لمعرفة أثر برنامج عقلاني انفعالي على مفهوم الذات ووجهة الضبط لدى عينة من المراهقين الذين يعانون من عجز التعلم، وبلغ عدد الملتحقين بالبرنامج ٦٠ طالباً تراوحت أعمارهم بين ٨-١١ سنة. وأثبت، التدريب العقلاني الانفعالي فعاليته في تنمية وجهة الضبط الداخلي وتطور مفهوم الذات.

وفي دراسة لجريفن (Greven: 1985) حول أثر برنامج عقلاني انفعالي في تعديل الأفكار غير العقلانية ووجهة الضبط لدى المعتمدين على الكحول (٦٠ فرداً) أثبت البرنامج فعالية في تعديل بعض الأفكار غير العقلانية وفي تغيير وجهة الضبط من الوجهة الخارجية إلى الوجهة الداخلية لدى معتمدي الكحول.

وتشير نتائج الدراسة التي قام بها روسنبم وآخرون (Rosenbaum et al: 1981) للتحقق من فعالية التعليم العقلاني الانفعالي في زيادة وجهة الضبط الداخلي لدى عينة من ٢٢ فتاة أسترالية يدرسن في الصف الرابع الابتدائي. وهدفت هذه الدراسة إلى بحث تأثيرات التعليم العقلاني الانفعالي على وجهة الضبط والقلق وبينت نتائج هذه الدراسة فعالية التعليم العقلاني الانفعالي في زيادة وجهة الضبط الداخلي.

نخلص من العرض السابق أنه من الممكن تعديل وجهة الضبط الداخلي والخارجي وتنميتها باستخدام الأساليب العلاجية التي تعتمد على النموذج العقلاني الانفعالي على سبيل المثال، والذي حقق نتائج مرضية أثبتت فعاليته في تناول موضوع وجهة الضبط الداخلي والخارجي.

ثانياً: الدراسات السابقة

تناولت العديد من البحوث والدراسات الأفكار العقلانية وغير العقلانية من حيث ارتباطها بوجهتي الضبط الداخلي – الخارجي، أو من حيث علاقتها بعدد من متغيرات. وفيما يلي عرض للدراسات السابقة التي استطاع الباحث الوصول إليها – في ظل عدم توافر أي دراسة أجريت على عينة سعودية تناولت الأفكار العقلانية وغير العقلانية وعلاقتها بوجهتي الضبط الداخلي والخارجي، وذلك بناءً على المعلومات التي تم الحصول عليها من دور ومراكز الأبحاث العلمية.

بالرغم من أهمية مُتغيري الدراسة، واللذان يعدان من الجوانب الهامة والحيوية في الشخصية الإنسانية، وبمراجعة البحوث والدراسات السابقة في البيئة العربية تتضح قلة البحوث التي تناولت علاقة الأفكار العقلانية – غير العقلانية ووجهتي الضبط الداخلي – الخارجي بشكل لا يتناسب مع أهمية بعدي هذه الدراسة في تحريك سلوك الفرد وتوجيهه إلى الأنشطة المختلفة.

القسم الأول:

الدراسات التي تناولت الأفكار العقلانية وغير العقلانيـة وعلاقتها بوجهتي الضبط الداخلي والخارجي:

قام فيليب وبيهل (Phillip and Pihl: 1981) بدراسة العلاقة بين وجهة الضبط والأفكار غير العقلانية على عينة مكونة من ٨٠ طالب وطالبة فمن يدرسون في جامعة مكجيل الكندية بواقع (٤٠ طالب ، ٤٠ طالبة) تراوحت أعمارهم بين ١٧-٣٠ سنة، وبلغ متوسط أعمار أفراد العينة (٢٠,٣) سنة.

الأدوات المستخدمة في الدراسة:

١- مقياس وجهة الضبط الداخلي – الخارجي من إعداد جوليان روتر (١٩٦٦م).

٢- مقياس جونس (١٩٦٨) للأفكار غير العقلانية.

وبينت نتائج الدراسة ما يلي:

١- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين وجهة الضبط الخارجي وفكرة طلب الموافقة.

٢- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين وجهة الضبط الخارجي وفكرة الإحباط.

٣- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين وجهة الضبط الخارجي وفكرة القلق.

٤- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين وجهة الضبط الخارجي وفكرة الاعتماد على الغير.

٥- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين وجهة الضبط الخارجي وفكرة عدم المساعدة.

٦- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين وجهة الضبط الخارجي والأفكار غير العقلانية.

٧- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين وجهة الضبط الخارجي وجميع الأفكار غير العقلانية.

قام بروس وبابسدروف (Bruce and Papsdorf: 1981) بدراسة هدفت إلى كشف العلاقة بين الأفكار غير العقلانية وكل من الإحباط ووجهة الضبط.

تكونت عينة الدراسة من (١٠٢) طالبة من جامعة متشجان الأمريكية، وبلغ متوسط أعمار أفراد العينة (٢٢) سنة، ويتدرجن بين سن ١٨-٤٠ سنة.

وبلغت نسبة الطالبات في الكليات ٧٨% من مجموع أفراد العينة أما النسبة المتبقية، فيحمل أفرادها درجة البكالوريوس أو أعلى.

الأدوات المستخدمة في الدراسة:

١- مقياس الأفكار غير العقلانية إعداد جونس (١٩٦٨).

٢- مقياس الإحباط إعداد زرنج.

٣- مقياس وجهة الضبط الداخلي - الخارجي لروتر (١٩٦٦).

٤- مقياس القلق كحالة وسمة .

بينت نتائج الدراسة أن المستويات الأعلى من الأفكار العقلانية ترتبط بوجهة الضبط الداخلي.

١- توجد علاقة ارتباطية قوية بين فكرة "تجنب المهام الصعبة" ووجهة الضبط الخارجي.

٢- توجد علاقة ارتباطية قوية بين فكرة "الميل إلى إزعاج الذات" ووجهة الضبط الخارجي.

٣- توجد علاقة ارتباطية قوية بين فكرة "التحكم بالعواطف" ووجهة الضبط الخارجي.

٤- توجد علاقة ارتباطية بين فكرة "طلب الاهتمام" ووجهة الضبط الخارجي.

٥- توجد علاقة ارتباطية بين فكرة "الاهتمام بالآخرين" ووجهة الضبط الخارجي.

قام وتسون وآخرون (Watson, et.al: 1989) بدراسة حول علاقة القلق كحالة بالأفكار غير العقلانية، وجهة الضبط والإحباط.

تكونت عينة الدراسة من (١٩٠) مريض نفسي ممن يتلقون العلاج في مركز سانت كلود الطبي بولاية مينسوتا، وتم اختيار أفراد العينة بناءً على معطيات الملفات الطبية الخاصة بكل مريض.

الأدوات المستخدمة:

١- مقياس القلق من إعداد سبلبرجر وآخرون (١٩٦٨) لتحديد درجة القلق.

٢- مقياس الإحباط لدانيال وفيشر (١٩٥٨) لتحديد مشاعر الغضب، الشك والخوف من الرفض.

٣- مقياس الأفكار غير العقلانية لمكادونالد وجيمس (١٩٧٢) لتحديد الأفكار غير العقلانية.

٤- مقياس وجهة الضبط الداخلي - الخارجي لروتر (١٩٩٦) لتحديد وجهة الضبط.

أظهرت نتائج الدراسة، أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الأفكار غير العقلانية ووجهة الضبط الخارجي.

قام مارتن وآخرون (Martin, et. Al.: 1991) بدراسة هدفت إلى تحديد العلاقة بين وجهة الضبط الداخلي – الخارجي والأفكار العقلانية وغير العقلانية.

وكان المتغير المستقل في هذه الدراسة هو وجهة الضبط الداخلي – الخارجي وبعض المتغيرات الديمغرافية وهي: العمر، الجنس، المستوى التعليمي والمهنة، أما المتغير التابع فقد كان الأفكار العقلانية وغير العقلانية. بلغ عدد أفراد العينة (١٠٥ فرداً) من موظفي هيئة الخدمات الإنسانية.

الأدوات المستخدمة في الدراسة:

١- مقياس وجهة الضبط الداخلي – الخارجي لروتر (١٩٦٦).

٢- مقياس الأفكار العقلانية وغير العقلانية لالبرت إليس.

أوضحت نتائج الدراسة ما يلي:

١- توجد علاقة ارتباطية قوية بين وجهة الضبط الداخلي – الخارجي ودرجات اختبار الأفكار غير العقلانية.

٢- أن درجات الأفراد ذوي وجهة الضبط الداخلي كانت أقل على مقياس الأفكار غير العقلانية.

٣- أن درجات الأفراد ذوي وجهة الضبط الخارجي كانت أعلى على مقياس الأفكار غير العقلانية.

قام توباسك وصوفيا (Tobacy ck Zofia: 1992) بدراسة اهتمت بمقارنة بناء الشخصية التي تعتمد على الأفكار بين طلاب الجامعات (البولنديين والأمريكيين) في الأفكار شبه العادية، وجهة الضبط، الاهتمام الاجتماعي والأفكار غير العقلانية. تكونت عينة هذه الدراسة من:

(١٤٩) طالباً وطالبة من الجنسية البولندية (١٢٢ طالبة، ٢٧ طالب) بلغ متوسط أعمارهم (٢ و ٢٢) سنة.

(١٣٦) طالباً وطالبة من الجنسية الأمريكية (٧٦ طالبة، ٦٠ طالب) بلغ متوسط أعمارهم ٢١ سنة.

الأدوات المستخدمة في الدراسة:

١- مقياس الأفكار شبه العادية (PB) من إعداد توبا سك ميلفورد (١٩٨٣).

٢- مقياس وجهة الضبط الداخلي- الخارجي من إعداد روتر (١٩٦٦).

٣- مقياس الأفكار غير العقلانية وهو نسخة معدلة من إعداد نيومارك وآخرون.

٢- مقياس الاهتمام الاجتماعي من إعداد كراندال (١٩٨٠).

بينت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة ارتباطية بين وجهة الضبط الخارجي والأفكار غير العقلانية لدى العينة البولندية، والتي سجل أفرادها درجات على مقياس وجهة الضبط الخارجي، كذلك سجلوا درجة أعلى على مقياس الأفكار غير العقلانية مقارنة بنظرائهم من أفراد العينة الأمريكية.

قام عبد الله، عبد الرحمن (١٩٩٤) بدراسة تناولت العلاقة بين الأفكار غير العقلانية، ثم ووجهة الضبط والقلق كحالة لدى الأطفال المراهقين وأقاربهم وتكونت عينة هذه الدراسة من (٤٢٨) طالباً من طلاب المدارس الحكومية بالقاهرة. بينت نتائج الدراسة بعد إجراء مقارنات بين المجموعات باستخدام تحليل التباين والارتداد، أن وجهة الضبط كانت أقل ارتباطاً بالأفكار غير العقلانية، وبشكل عام كانت النتائج متوافقة مع نظرية العلاج العقلاني الانفعالي لإلبرت إليس. هذا وكانت الأفكار غير العقلانية أكثر ارتباط بالقلق.

قام مكنوثون وآخرون (Mcnaugton, et, al.: 1995) بدراسة العلاقة بين القلق، الإحباط، وجهة الضبط، الأفكار غير العقلانية، المساندة الاجتماعية والصحة لدى مقدمي الرعاية لمرضى الزهايمر.

تكونت عينة الدراسة من (٨٩) فرداً من الأزواج المقدمين لرعاية مرضى الزهايمر، بلغ متوسط أعمارهم ٧١ سنة. (٣١) فرداً ممن لا يقدمون الرعاية لمرضى الزهايمر، وبلغ متوسط أعمارهم ٧٠ سنة.

الأدوات المستخدمة:

١- مقياس وجهة الضبط الداخلي – الخارجي.

٢- مقياس الأفكار غير العقلانية.

٣- مقياس المساندة الاجتماعية مقياس الإحباط.

٤- مقياس الصحة الجسمية.

بينت نتائج هذه الدراسة أن هناك علاقة ارتباطية قوية بين وجهة الضبط الخارجي وكل الأفكار غير العقلانية والإحباط وضعف الصحة.

القسم الثاني:

الدراسات التي تناولت الأفكار العقلانية وغير العقلانية وعلاقتها ببعض المتغيرات:

أشار الأسمري (١٩٩٩) بإيجاز إلى دراسة عبد اللطيف عمارة حول الأفكار الخرافية التي ينتابها الطلاب الجامعيون.

ومن بعض ما بينته نتائج الدراسة:

انتشار بعض الأفكار غير العقلانية لدى أفراد عينة الدراسة ومن أهمها:

أ- فكرة طلب القبول والاستحسان. ب- فكرة السعي وراء الكمال.

ج- الرغبة في الابتعاد عن الصعوبات. د- فكرة لوم الذات.

قام الريحاني (١٩٨٧) بدراسة إكلينيكية في مركز الإرشاد النفسي بالجامعة الأردنية على عدد من طلاب الجامعة المترددين على المركز بشأن مشكلاتهم التكيفية.

من أهم ما بينته نتائج الدراسة ما يلي:

١- أن الأفكار غير العقلانية التي يتبناها الطلاب ترتبط بما يواجهونه من صعوبات ومشكلات.

٢- انتشار بعض الأفكار غير العقلانية لدى طلاب الجامعة وهي:

أ- فكرة طلب القبول والاستحسان من الآخرين.

ب- فكرة ابتغاء الكمال.

ج- فكرة امتداد تأثير الخبرات الماضية.

د- فكرة عدم قبول نتائج أعمال تأتي غير ما كان يُتوقع.

قام الريحاني (١٩٨٧) بدراسة الأفكار غير العقلانية عند الأردنيين والأمريكيين (دراسة عبر ثقافية). على عينة مكونة من :

(٤٠٠) طالبًا وطالبة من طلاب البكالوريوس في الجامعة الأردنية.

(٤٠٠) طالباً وطالبة من طلاب البكالوريوس في جامعة ولاية كارولينا الشمالية.

وهدفت الدراسة إلى:

١- التعرف على مدى انتشار الأفكار غير العقلانية بين الأردنيين والأمريكيين.

٢- التعرف على الأفكار غير العقلانية التي تميز بين الأردنيين والأمريكيين.

٣- معرفة أثر كل من الثقافة والجنس على التفكير غير العقلاني.

استخدام الباحث مقياس الأفكار العقلانية وغير العقلانية الذي قام بإعداده الباحث نفسه في عام (١٩٨٥).

وبينت نتائج الدراسة ما يلي:

١- انتشار الأفكار غير العقلانية بنسبة عالية بين الأردنيين مقارنة بالأمريكيين.

٢- أن الأردنيين كانوا أكثر تقبلاً للأفكار غير العقلانية بغض النظر عن الجنس.

٣- وجود أثر ذي دلالة إحصائية لعامل الثقافة على التفكير غير العقلاني.

قام الريحاني (١٩٨٧) بدراسة تناولت الأفكار غير العقلانية عند طلبة الجامعة الأردنية وعلاقتها بالجنس والتخصص الأكاديمي تكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة البكالوريوس في الجامعة الأردنية يمثلون ثلاث مجموعات من التخصص الأكاديمي هي: مجموعة العلوم الإنسانية والاجتماعية، مجموعة العلوم الطبيعية، مجموعة الكليات المهنية.

وهدفت الدراسة إلى :

١- التعرف على مدى انتشار الأفكار غير العقلانية بين طلبة الجامعة الأردنية.

٢- التعرف على أثر عاملي الجنس والتخصص في التفكير غير العقلاني.

٣- التعرف على الأفكار غير العقلانية التي تميز بين الذكور والإناث من طلبة الجامعة.

وتم استخدام اختبار الريحاني (١٩٨٥) للأفكار العقلانية وغير العقلانية.

وأشارت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

١- أن الأفكار غير العقلانية التي يشملها الاختبار تنتشر بين طلبة الجامعة بنسب تراوحت بـــ ٥% في حدها الأدنى و ٤٠% في حدها الأعلى.

٢- أن الذكور يتميزون عن الإناث في بعض الأفكار غير العقلانية. وهي:

١- طلب الاستحسان من الجميع.

٢- ابتغاء الكمال الشخصي.

٣- الشعور بالعجز.

٤- توقع الكوارث.

٣- لا يوجد أثر ذي دلالة لأي من عاملي الجنس والتخصص الأكاديمي في التفكير غير العقلاني.

قام الطيب، الشيخ (١٩٨٧) بدراسة تناولت الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالجنس والتخصص الأكاديمي لدى عينة من طلاب الجامعة بالفيوم.

وتم في هذه الدراسة استخدام مقياس الأفكار العقلانية وغير العقلانية إعداد الريحاني (١٩٨٥).

دلت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

١- رفض الإناث الفكرة رقم (١٣) والقائلة بأن مكانة الرجل هي الأهم فيما يتعلق بعلاقته مع المرأة وارتفعت نسبة الإناث عن الذكور في الموافقة على الفكرة رقم (١٠) والقائلة بأنه ينبغي أن يحزن الفرد لما يصيب الآخرين من مشكلات، حيث وصلت هذه النسبة إلى ٤٠,٥% من إجمالي عدد الإناث.

٢- تميز الذكور عن الإناث في الأفكار التالية. الفكرة رقم (٣ ، ٤ ، ٩ ، ١٣) جميعها مرتبطة بمعايير المجتمع الريفي المصري.

٣- تميز الإناث عن الذكور في الأفكار التالية. الفكرة رقم (١، ٥، ٧، ١٠، ١١، ١٢).

٤- تساوي الذكور والإناث في الأفكار التالية، الفكرة رقم (٢ ، ٦ ، ٨).

٥- الأفكار غير العقلانية لا تتأثر بمتغير الجنس والتخصص الأكاديمي في المجتمع المصري.

قام الريحاني وحمدي (١٩٨٩) بدراسة تناولت الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالاكتئاب لدى عينة من طلبة الجامعة الأردنية. وتكونت عينة الدراسة من (٥٥٨) طالباً وطالبة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية تمثل حوالي ٥% من مجتمع الدراسة.

وهدفت الدراسة إلى:

١- التعرف على الأفكار غير العقلانية التي تميز بين المكتئبين من طلاب الجامعة الأردنية.

٣- معرفة العلاقة بين الأفكار غير العقلانية والاكتئاب.

٤- معرفة أثر اختلاف الجنس على الأفكار غير العقلانية والاكتئاب.

الأدوات المستخدمة في الدراسة:

١- قائمة بيك المعربة: للتعرف على درجات الاكتئاب لدى أفراد عينة الدراسة.

٢- اختبار الريحاني للأفكار العقلانية وغير العقلانية: للتعرف إلى الأفكار غير العقلانية عند أفراد عينة الدراسة.

وأشارت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

١- يوجد عامل واحد يفسر التباين بين مجموعتين من الطلبة (الاكتئابية، وغير الاكتئابية) ويبدو في الأفكار غير العقلانية المرتبطة بالميل نحو تعظيم الأمور، وابتغاء الكمال، وتجنب تحمل المسئولية في مواجهة الصعاب.

٢- وجود مجموعة من الأفكار غير العقلانية، أسهمت في تفسير التباين في الاكتئاب بنسبة ٩,٥% لدى عينة الدراسة بوجه عام، وبنسبة ١٥,٦% لدى الذكور و ٥,٢% لدى الإناث، وهذه الأفكار تتمثل في الاعتقاد بأن الظروف الخارجية هي سبب شقاء الفرد، الاعتقاد بأنه لمصيبة أن تأتي الأمور على غير ما يتمنى الفرد، الاعتقاد بأن قيمة الفرد

تأتي من كونه فعالاً ومنجزاً لأعماله بشكل يتصف بالكمال، الاعتقاد بضرورة تركيز الاهتمام على الأشياء المخيفة أو الخطرة والانشغال المستمر بها.

قامت جحلان (١٤١٦) بدراسة تناولت الأفكار العقلانية وعلاقتها باستمرار الحياة الزوجية أو فشلها لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى. وهدفت هذه الدراسة إلى:

١- معرفة مدى انتشار الأفكار العقلانية وغير العقلانية بين المطلقات والمتزوجات وغير المتزوجات.

٢- كشف العلاقة بين الأفكار العقلانية وغير العقلانية واستمرار الحياة الزوجية أو فشلها.

وشملت عينة الدراسة (٤٠١) طالبة من مختلف المستويات الأكاديمية في مرحلة البكالوريوس، وكان عدد عينة المتزوجات (١٥٠) طالبة، وعدد عينة غير المتزوجات (١٥٠)، وعدد عينة المطلقات (١٠١) طالبة.

واستخدمت الباحثة مقياس الأفكار العقلانية وغير العقلانية إعداد الريحاني (١٩٨٥).

وأشارت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

١- انتشار الأفكار غير العقلانية بين المطلقات، وتأكيداً لذلك وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين المتزوجات والمطلقات في الأفكار غير العقلانية لصالح المتزوجات.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتزوجات وغير المتزوجات في تبني الأفكار العقلانية وغير العقلانية لصالح المتزوجات وهذا أيضاً ينطبق على المطلقات وغير المتزوجات.

٣- أن طول مدة الزواج يقلل من تبني الأفكار غير العقلانية.

٤- أن الطالبات ممن هن فوق (٢٢) سنة، لديهن اتجاه قوي نحو الأفكار غير العقلانية، أكثر من الأخريات اللاتي تحت سن (٢٢) سنة.

قام الأسمري (١٤١٩) بدراسة تناولت الأفكار العقلانية وغير العقلانية لدى المدمنين وغير المدمنين.

وهدفت الدراسة إلى ما يلي:

١- معرفة مدى انتشار الأفكار العقلانية وغير العقلانية.

٢- الكشف عن الأفكار العقلانية وغير العقلانية عند المدمنين مقارنةً بغير المدمنين.

٣- معرفة الفروق في هذه الأفكار بين المدمنين وغير المدمنين.

٤- معرفة الارتباط بين الإدمان والأفكار غير العقلانية.

وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين:

١- مجموعة المدمنين الملتحقين بمستشفى الأمل بجدة للعلاج، وعددهم (٩٨) فرد.

٢- مجموعة من غير المدمنين الملتحقين بالمدارس المتوسطة والثانوية الليلية وعددهم (٩٨) فرد.

وتمت المماثلة بين أفراد المجموعتين حسب (السن الإقامة، الحالة الاجتماعية، الدخل، المستوى التعليمي).

استخدم الباحث مقياس الأفكار العقلانية وغير العقلانية من إعداد الريحاني (١٩٨٥)، واستمارة بيانات أولية أعدها الباحث تضمنت بعض المتغيرات مثل السن، الحالة الاجتماعية، المهنة، المستوى التعليمي.

وأشارت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

١- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المدمنين وغير المدمنين لصالح المدمنين في الأفكار التالية:

طلب الاستحسان، ابتغاء الكمال، توقع الكوارث، التهور الانفعالي، تجنب الصعوبات، الاعتماد على الغير، ابتغاء الحلول الكاملة، الجدية والرسمية في التعامل، الاعتقاد بالتفوق على المرأة.

٢- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المدمنين وغير المدمنين في الأفكار التالية: لوم الذات، القلق الزائد، الشعور بالعجز، قلة الحيلة، الانزعاج لمشاكل الآخرين.

قام محمد (٢٠٠٠) بدراسة حول الصورة الإكلينيكية والأفكار غير العقلانية لدى مدمني الهيروين. وهدفت الدراسة إلى مقارنة الصورة الإكلينيكة والأفكار غير العقلانية لدى المدمنين وغير المدمنين للوقوف على مدى التدهور في الوظائف النفسية لدى المدمنين بوجه عام.

وشملت عينة الدراسة (٤١) فرداً من مدمنين الهيروين، الخاضعين للعلاج في إحدى مستشفيات القاهرة، اختيروا بطريقة عشوائية كما اختيرت عينة ضابطة بطريقة عشوائية شملت (٢٥٠) من بين طلاب جامعة عين شمس، و(٢٥) فرداً من موظفي وعمال إحدى الشركات الصناعية الذين لم يسبق منهم أن تلقى علاجاً نفسياً أو عقلياً.

الأدوات المستخدمة:

١- اختبار الشخصية المتعددة الأوجه (M.M.P.I) الذي يتكون من (٥٥٦) عبارة تشمل أربعة مقاييس للصدق وعشر مقاييس إكلينيكة وهي (توهم المرض – الاكتئاب – الهستيريا – الانحراف السيكوباتي – الذكورة – الأنوثة – البارانويا – السيكاثينا – الفصام – الهوس الخفيف – الانطواء الاجتماعي).

٢- مقياس الأفكار غير العقلانية من إعداد هوبر ولاين.

أشارت نتائج هذه الدراسة إلى ما يلي:

١- توجد فروق دالة إحصائياً بين مدمني الهيروين وغير المدمنين في الصورة الإكلينيكة لصالح المدمنين خاصة في الاكتئاب، توهم المرض، الانحراف السيكوباتي – الهوس – البارانويا – السيكاثينا والميول الفصامية.

٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين المدمنين في بعض الأفكار غير العقلانية لصالح المدمنين هي التشاؤم، توقع الخطر، القلق الزائد، ضعف الإرادة والوحدة، التهرب من المسئولية والاعتماد على الآخرين.

القسم الثالث: دراسات تناولت وجهتي الضبط الداخلي- الخارجي وعلاقتها ببعض المتغيرات:

قام وقاش (١٤٠٦) بدراسة تناولت بنية التفكير الدجماتي وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية المرتبطة بتقدير الذات، وجهة الضبط. وتكونت عينة الدراسة من (١٦٣) طالباً من طلاب جامعة الملك سعود بالرياض.

وهدفت الدراسة إلى:

١- الكشف عن طبيعة العلاقة بين التفكير الدجماتي وكل من تقدير الذات ووجهة الضبط.

٢- الكشف عن طبيعة الفروق بين هذه المتغيرات في مختلف مستويات طلاب الجامعة، ومختلف التخصصات الأكاديمية.

هذا وقام الباحث باستخدام الأدوات التالية:

١- مقياس التفكير الدجماتي من إعداد روكتش لقياس الانفتاح والانغلاق الفكري.

٢- مقياس روزنبرج لتقدير الذات.

٣- مقياس العوامل الثلاثة لوجهة الضبط إعداد ريدر، لقياس الضبط الذاتي، ضبط الأنظمة الاجتماعية.

وأشارت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

١- توجد علاقة موجبة ودالة إحصائياً بين تقدير الذات والتفكير الدجماتي.

٢- توجد علاقة موجبة ودالة إحصائياً بين تقدير الذات ووجهة الضبط الداخلي.

٣- توجد علاقة موجبة ودالة حصائياً بين وجهة الضبط الداخلي والانفتاح الفكري.

٤- توجد فروق دالة إحصائياً في وجهة الضبط بين مجموعتين ذوي الدرجات المنخفضة، وذوي الدرجات المرتفعة على مقياس التفكير الدجماتي.

قام بن سيديا (١٩٨٦) بدراسة تناولت العلاقة بين وجهة الضبط، ومفهوم الذات لدى طلاب الجامعة. و شملت عينة الدراسة (٢٠٠) طالباً من مختلف الأقسام والمستويات الأكاديمية بالكليات الأدبية التابعة لجامعة الملك سعود بالرياض.

وهدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين وجهة الضبط الداخلي - الخارجي مع كل من تكامل الشخصية، التكيف العام، اضطرابات الشخصية والدفاعات الموجبة.

وقام الباحث باستخدام مقياس وجهة الضبط الداخلي - الخارجي إعداد روتر ترجمة وتقنين بن سيديا (١٩٨٦). ومقياس مفهوم الذات إعداد ويليام فتس، ترجمة فرج، كامل.

وأشارت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

١- توجد علاقة موجبة ودالة إحصائياً بين وجهة الضبط الخارجي والعصابية.

٢- توجد علاقة سالبة ودالة إحصائياً بين وجهة الضبط الخارجي وتكامل الشخصية.

٣- توجد فروق دالة إحصائياً في كل من تكامل الشخصية، العصابية، واضطرابات الشخصية لصالح ذوي وجهة الضبط الداخلي.

قام الكناني (١٩٩٠) بدراسة علاقة وجهة الضبط الداخلي - الخارجي في التدعيم ببعض المتغيرات الواقعية.

وهدفت هذه الدراسة إلى:

١- تحديد مستوى دلالة الفروق بين مجموعتي الضبط الداخلي والضبط الخارجي في القيم (قيمة أخلاقيات النجاح في العمل، قيم الاهتمام بالمستقبل، قيمة التشدد في الخلق) والدوافع (الدافع للإنجاز، الدافع للجدارة، الدافع للتواد، والدافع للأمن).

٢- تحديد النسق أو السلم القيمي لمجموعتي الضبط الداخلي والضبط الخارجي، وكذلك تحديد الفروق بينهما في هذا النسق.

وشملت عينة الدراسة ١٢٠ طالبة في السنة الرابعة بكلية التربية بالمنصورة.

واستخدم الباحث الأدوات التالية:

١- مقياس وجهة الضبط من إعداد كفافي
٢- مقياس القيم الفارقة من إعداد جابر
٣- مقياس الداخلي للأمن من إعداد الكناني
٤- مقياس واقعية التواد من إعداد قشقوش
٥- مقياس الدافع للإنجاز من إعداد الكناني
٦- مقياس الدافع للجدارة من إعداد الكناني

وبينت نتائج الدراسة ما يلي:

١- توجد فروق دالة إحصائياً بين ذوي الضبط الداخلي وذوي الضبط الخارجي في الدافع للإنجاز والدافع للجدارة، وقيمة أخلاقيات النجاح وفي قيمة الاهتمام بالمستقبل، وقيمة استغلال الذات، والقيم التقليدية لصالح ذوي وجهة الضبط الداخلي.

٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين ذوي الضبط الداخلي وذوي الضبط الخارجي في الدافع للأمن، الحساسية تجاه الرفض لصالح ذوي وجهة الضبط الخارجي.

٣- لا توجد فروق دالة إحصائياً بين ذوي الضبط الداخلي وذوي الضبط الخارجي في التشدد في الخلق، والميل للتواد، والميل للتعاطف الوجداني والدافع للتواد.

قام إبراهيم، وعبد الحميد (١٩٩٤) بدراسة تناولت العدوانية وعلاقتها بوجهة الضبط وتقدير الذات. شملت عينة الدراسة (٢٠٨) طلاب من مختلف أقسام كلية اللغة العربية والعلوم الاجتماعية التابعة لجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بأبها.

وهدفت هذه الدراسة إلى معرفة طبيعة العلاقة بين العدوانية وكل من وجهة الضبط وتقدير الذات. تقديم أدوات جديدة لقياس العدوانية وتقدير الذات.

وقام الباحثان باستخدام الأدوات التالية:

١- مقياس العدوانية. إعداد إبراهيم، عبد الحميد.

٢- مقياس وجهة الضبط الداخلي - الخارجي، إعداد الشناوي، وبدري (١٩٨٦).

٣- مقياس تقدير الذات كحالة مأخوذ من مقياس تقدير الذات روزنبرج (١٩٦٥) ومقياس جيتر فليد (١٩٥٩) لعدم الملاءمة في المشاعر للتعرف على أي تغيير قد يحدث في تقدير الفرد لذاته.

وأشارت نتائج الدراسة إلى:

١- توجد علاقة موجبة بين درجة وجهة الضبط ومختلف أبعاد العدوانية.

٢- توجد علاقة سالبة بين درجة تقدير الذات ومختلف أبعاد العدوانية.

٣- توجد فروق دالة إحصائياً على درجة العدوانية بين ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي لصالح ذوي وجهة الضبط الداخلي.

قام فرج (١٩٩١) بدراسة تناولت وجهة الضبط وتقدير الذات وعلاقتها بالانبساط والعصابية.

وشملت عينة الدراسة (٢٢٠) طالباً سعودياً بالرياض يدرسون المواد الإنسانية بكليات الجامعة وأقسامها المختلفة بواقع (٨٥) فرداً من البدو (١٣٥) فرداً من الحضر، الذين يقيمون بمدينة الرياض خلال فترة الدراسة الجامعية.

الأدوات المستخدمة في الدراسة:

١- مقياس روزنبرج لتقدير الذات.

٢- بطارية أيزنك للشخصية لقياس الانبساط والعصابية، هذا بالإضافة إلى اختباري الإنجاز عن طريق الاستقلال والإنجاز وعن طريق المجاراة من بطارية كاليفورنيا ومقياس قوة الإنا المشتق من اختبار مينسوتا المتعدد الأوجه.

٣- مقياس العوامل الثلاثة لوجهة الضبط، إعداد ريد، ويبر.

وأشارت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

١- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين وجهة الضبط الداخلي وتقدير الشخصية والإنجاز عن طريق الاستقلال.

٢- لا توجد علاقة بين وجهة الضبط الداخلي وبعد الانبساط.

٣- الأفراد ذوو الضبط الخارجي أكثر ميلاً للعصابية.

قام اللهيبي (١٩٩٥) بدراسة العلاقة بين وجهة الضبط ومفهوم الذات لدى المدخنين وغير المدخنين من طلاب جامعة أم القرى. وشملت عينة الدراسة (٣٠٠) طالب من طلاب جامعة أم القرى المقيمين في الوحدات السكنية بواقع (١٥٠) طالباً مدخناً، و(١٥٠) طالباً غير مدخن.

وهدفت الدراسة إلى:

١- الكشف عن وجهة الضبط الداخلي – الخارجي لدى الطلاب المدخنين وغير المدخنين.

٢- معرفة الفروق بين المدخنين وغير المدخنين في أبعاد مفهوم الذات.

٣- معرفة الفروق بين المدخنين وغير المدخنين في كل من وجهة الضبط الداخلي – الخارجي وأبعاد مفهوم الذات.

الأدوات المستخدمة في الدراسة:

١- مقياس وجهة الضبط الداخلي – الخارجي إعداد روتر ترجمة وتقنين ين سيديا (١٩٨٦).

٢- مقياس مفهوم الذات، إعداد زهران، (١٩٧٦).

٣- استمارة لجمع البيانات الأولية الخاصة بموضوع الدراسة، إعداد اللهيبي (١٩٩٥).

وأشارت نتائج الدراسة:

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائياً بين المدخنين وغير المدخنين، حيث كان المدخنون أكثر اعتقاداً بوجهة الضبط الخارجي بينما كان غير المدخنين أكثر اعتقاداً بوجهة الضبط الداخلي.

٢- توجد فروق بين المدخنين وغير المدخنين في إبعاد مفهوم الذات لصالح غير المدخنين.

٣- لم توجد فروق بين ذوي وجهة الضبط الداخلي والخارجي على أبعاد مفهوم الذات.

قام سليمان، وعبد الله (١٩٩٩) بدراسة تناولت وجهة الضبط وعلاقتها بكل من قوة الأنا والقلق لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة قطر. وشملت عينة الدراسة (٣٠٠) طالب وطالبة بواقع (١٥٠) طالباً (١٥٠) طالبة.

وهدفت الدراسة إلى :

١- التعرف على اتجاه العلاقة بين وجهة الضبط الداخلي – الخارجي، وكل عن قوة الأنا ومستوى القلق.

٢- التعرف على الفروق في تلك الأبعاد النفسية تبعاً لمتغير الجنس (طلاب – طالبات).

الأدوات المستخدمة في الدراسة :

١- مقياس وجهة الضبط الداخلي – الخارجي، إعداد روتر، ترجمة تعديل كفافي.

٢- مقياس بارون لقوة الأنا، إعداد روتر، ترجمة كفافي.

٣- مقياس القلق الصريح لتايلور، إعداد فهمي، غالي

وأشارت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

١- توجد علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين وجهة الضبط الداخلي وقوة الأنا.

٢- توجد علاقة ارتباطية سالبة بين وجهة الضبط الخارجي وقوة الأنا.

٣- لا توجد علاقة ارتباطية سالبة بين وجهة الضبط الداخلي – الخارجي ومستوى القلق.

٤- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قوة الأنا بين ذوي الضبط الداخلي لصالح الطلاب.

٥- توجد فروق ذات دلالة إحصائياً في قوة الأنا بين ذوي وجهة الضبط الخارجي لصالح الطلاب.

٦- توجد فروق ذات دلالة إحصائياً في قوة الأنا بين ذوي وجهة الضبط الخارجي لصالح الطالبات.

التعليق على الدراسات السابقة:

أ) القسم الأول من الدراسات السابقة:

فيما يخص القسم الأول من الدراسات التي تناولت الأفكار العقلانية وغير العقلانية وعلاقتها بوجهتي الضبط الداخلي – الخارجي نجد أن هذه الدراسات اتفقت على وجود ارتباط دال إحصائياً بين الأفكار غير العقلانية ووجهتي الضبط الداخلي – الخارجي.

ويلاحظ على تلك الدراسات بصفة عامة اشتمالها على عينات متباينة من حيث الحجم، كما تباينت من حيث الأدوات المستخدمة ولاسيما عند قياس الأفكار غير العقلانية حيث استخدم كل من فيليب وبيهل (Phillip & Phigl : 1985) وبروس، بابسدروف (Bruco & Papsdorf, 1981) مقياس جونز (١٩٦٨) للأفكار غير العقلانية، أما توباسك وصوفيا (Tobacyck & Zofia, 1992) فقد استخدما مقياس نيومارك لقياس الأفكار غير العقلانية، أما وتسون وآخرون (Watson, et. al, 1989) استخدم مقياس من إعداد مكاودونالد وجيمس (١٩٧٢) لتحديد الأفكار غير العقلانية.

أما مارتن وآخرون (Martin et. al, 1991) فقد استخدم مقياس إليس للأفكار غير العقلانية أما دراسة عبد الله وعبد الرحمن (١٩٩٤) فقد اعتمدت على مقياس هوبر ولاين واستهدفت أغلب تلك الدراسات البالغين من الذكور والإناث عدا دراسة عبد الله وعبد الرحمن (١٩٩٤) والتي شملت عينة أطفال تراوحت أعمارهم ما بين ١٠-١٦ سنة. أيضاً يلاحظ أن القلق والإحباط كان ضمن متغيرات تلك الدراسات.

ب)القسم الثاني من الدراسات السابقة :

أما الدراسات التي عرضت في القسم الثاني فيلاحظ أن عيناتها تميزت بالحجم الكبير عدا دراسة الأسمري (١٩٩١) ودراسة محمد يوسف (٢٠٠٠) حيث كانت العينة محددة نظراً لكون أفراد العينة من مدمني الهروين.

وبشكل عام اتفقت تلك الدراسات على مدى الأهمية والأثر الذي تلعبه الأفكار غير العقلانية في ظهور الاضطرابات النفسية والسلوكية وفشل الحياة الزوجية إضافة إلى انتشار تلك الأفكار بين طلاب الجامعات وهو ما يفسر وجود سوء التكيف وقلق الامتحان لديهم، وأيضاً يلاحظ أن أغلب تلك الدراسات اعتمدت على مقياس الريحاني كأداة لتحديد الأفكار غير العقلانية عدا دراسة محمد (٢٠٠٠) التي اعتمدت على مقياس هوبرولاين.

ج) القسم الثالث من الدراسات السابقة :

أما الدراسات التي عرضت في القسم الثالث فيلاحظ أن عيناتها كانت من طلاب الجامعة وأنها تناولت متغيرات تقدير الذات ومفهوم الذات عدا دراسة سليمان وعبد الله (١٩٩١) التي تناولت كل من قوة الأنا والقلق إلا أن جميع الدراسات أكدت على وجود فروق دالة إحصائياً بين ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في الانفتاح الفكري وتقدير الذات وتكامل الشخصية ومفهوم الذات وقوة الأنا لصالح ذوي وجهة الضبط الداخلي، الأمر الذي يؤكد أهمية هذا البعد النفسي في الشخصية الإنسانية.

فروض الدراسة:

من استعراض الدراسات السابقة يمكن صياغة فروض الدراسة الحالية كما يلي:

١- تنتشر الأفكار العقلانية وغير العقلانية لدى طلاب كلية المعلمين بجدة.

٢- توجد علاقة ارتباطية موجبة ودال إحصائية بين الأفكار غير العقلانية ووجهة الضبط لدى طلاب كلية المعلمين بمحافظة جدة.

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في الأفكار غير العقلانية لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي.

الفصل الثالث
إجراءات الدراسة

- منهج الدراسة
- عينة الدراسة
- أدوات الدراسة
- الأسلوب الإحصائي
- إجراءات التطبيق.

(١) منهج الدراسة:

تسعى هذه الدراسة إلى معرفة مدى انتشار الأفكار العقلانية وغير العقلانية لدى طلاب كلية المعلمين بجدة، ومعرفة طبيعة العلاقة بين الأفكار العقلانية وغير العقلانية وجهتي الضبط الداخلي – الخارجي إضافة إلى معرفة الفروق في الأفكار العقلانية وغير العقلانية لدى الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي.

لذا قام الباحث باستخدام المنهج الوصفي لمناسبته لأهداف الدراسة، ولاعتماده على وصف الواقع والتعبير عنه تعبيراً كمياً بشكل يمد الباحث بدلائل قيمة.

(٢) عينة الدراسة:

قام الباحث بإجراء هذه الدراسة على عينة تم اختيارها بطريقة عشوائية (حيث كان الهدف هو الحصول على مجموعة من المفحوصين دون النظر إلى أي متغيرات أخرى) وشملت هذه العينة ٢٥٠ طالب (١٠%) من أفراد المجتمع الأصلي للدراسة والمتمثل بطلاب كلية المعلمين.

تم استبعاد أوراق إجابات سبعة مفحوصين لعدم اكتمالها وبلغ متوسط أعمار أفراد العينة (١٩,٥٤) سنة بانحراف معياري (١,١١) وتم تقسيم أفراد العينة إلى مجموعتين بناءً على الدرجة الكلية لمقياس وجهة الضبط الداخلي – الخارجي، فبلغ عدد الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي (١١٤) طالباً، بينما بلغ عدد الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي (١٢٩) طالباً، وبذلك استقر مجموع أفراد العينة على (٢٤٣) طالباً.

(٣) الأدوات المستخدمة في الدراسة:

أ- وصف مقياس الأفكار العقلانية وغير العقلانية:

يتكون هذا المقياس في صورته الأجنبية من إحدى عشرة فكرة غير عقلانية وضعها البرت إليس، وقام الريحاني (١٩٨٥) ببناء هذا المقياس وتقنينه على البيئة الأردنية وأضاف فكرتين غير عقلانيتين يرى أنهما منتشرتان في المجتمعات العربية وهما:

١- ينبغي للشخص أن يتصف بالجدية والرسمية في معاملة الآخرين حتى تكون له قيمة أو مكانة محترمة.

٢- لاشك أن مكانة الرجل هي الأهم فيما يتعلق بعلاقته بالمرأة.

وبذلك يتكون هذا المقياس من (١٣) فكرة فرعية تشتمل كل منها على أربع فقرات نصفها إيجابي يتفق مع الفكرة، ونصفها الآخر سلبي يختلف معها ويناقضها ووزعت فقرات المقياس الـــ ٥٢ على الأفكار التي تعبر عنها بترتيب معين يضمن تباعد الفقرات التي تقيس البعد الواحد.

جدول رقم (١)

توزيع عبارات المقياس على الأفكار الثلاث عشر

رقم الفكرة	مضمون الفكرة	أرقام الفقرات التي تقيسها
الأولى	من الضروري أن يكون الشخص محبوباً من كل المحيطين به	١-١٤-٢٧-٤٠
الثانية	يجب على الفرد أن يكون كفءً أو منجزاً بدرجة عالية حتى يكن اعتباره شخصاً مهماً	٢-١٥-٢٨-٤١
الثالثة	بعض الناس أشرار وجبناء يستحقون العقاب والتوبيخ	٣-١٦-٢٩-٤٢
الرابعة	إن من المصائب الكبرى أن تسير الأمور بعكس ما يتمنى الفرد	٤-١٧-٣٠-٤٣
الخامسة	المصائب والتعاسة تعود أسبابها للظروف الخارجية	٥-١٨-٣١-٤٤
السادسة	الأشياء المخيفة تستدعي الاهتمام الكبير بها بشكل دائم	٦-١٩-٣٢-٤٥
السابعة	من الأفضل تجنب الصعوبات بدلاً من مواجهتها	٧-٢٠-٣٣-٤٦
الثامنة	يجب اعتماد الشخص على الآخرين، وأن يكون هناك من أقوى منه ليعتمد عليه	٨-٢١-٣٤-٤٧
التاسعة	الأحداث الماضية تقرر السلوك الحاضر ولا يمكن تجاهلها أو استئصالها	٩-٢٢-٣٥-٤٨
العاشرة	ينبغي للشخص أن يحزن لما يصيب الآخرين من مشاكل واضطرابات	١٠-٢٣-٣٦-٤٩
الحادية عشر	يوجد حل دائم ومثالي لكل مشكلة لابد من إيجاده	١١-٢٤-٣٧-٥٠
الثانية عشر	ينبغي للشخص أن يتصف بالجدية الرسمية في تعامله مع الآخرين حتى تكون له قيمة ومكانة محترمة بين الناس	١٢-٢٥-٣٨-٥١
الثالثة عشر	لاشك أن مكانة الرجل هي الأهم فيما يتعلق بعلاقته مع المرأة	١٣-٢٦-٣٩-٥٢

طريقة الإجابة على المقياس:

- تكون الإجابة عن فقرات المقياس المكونة من ٥٢ فقرة إما بنعم وذلك حينما يوافق المفحوص على العبارة ويقبلها، أو بلا حينما لا يوافق المفحوص على العبارة.

طريقة التصحيح:

١- تعطى القيمة ٢ للإجابة التي تدل على قبول المفحوص للفكرة غير العقلانية، وتعطى القيمة ١ للإجابة التي تدل على رفض المفحوص للفكرة غير العقلانية.

٢- الدرجة الدنيا على كل بعد من الأبعاد الـــ ١٣ هي ٤ درجات، وهي قيمة تعبر عن درجة عالية من التفكير العقلاني وتنم عن رفض تام لتلك الفكرة غير العقلانية.

٣- الدرجة العليا على كل بعد من الأبعاد الـــ ١٣ هي ٨ درجات، وهي تعبر عن درجة عالية من التفكير غير العقلاني وتنم عن قبول مطلق للفكرة غير العقلانية.

٤- الدرجة الكلية تتراوح بين ٥٢ درجة كحد أدنى (وهي تعبر عن رفض المفحوص لجميع الأفكار غير العقلانية التي يمثلها المقياس) و١٠٤ درجات كحد أعلى (وهي تعبر عن قبول المفحوص لجميع الأفكار غير العقلانية التي يمثلها المقياس).

استخدام المقياس:

يستخدم هذا المقياس في أغراض تشخيصية، فهو يكشف عن الأفكار غير العقلانية التي يتمسك بها الفرد ويؤيدها وتؤثر في تقويمه للأحداث الخارجية وبالتالي تعتبر مسئولة عن اضطرابه النفسي وفقاً لأحدث النظريات السلوكية المعرفية، ويطبق هذا المقياس على الأفراد الذين بلغوا ١٦ سنة فما فوق. (الأسمري: ١٩٩٩ : ٨١).

صدق المقياس:

- قام الريحاني (١٩٨٥) بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين في علم النفس، وتبين أن المقياس يتمتع بدلالات صدق منطقي حيث بلغت نسبة الاتفاق (٩٠%) بين المحكمين وذلك على صدق الفقرات في قياس البعد الذي وضعت لقياسه، كما ثبت أنه يتمتع بدلالتي صدق تجريبية ظهرت في قدرة المقياس على التمييز بين العصابيين والأسوياء حيث دل تحليل التباين إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسط درجات العصابيين ومتوسط درجات الأسوياء على الدرجة الكلية للمقياس.

كذلك دلت نتائج التحليل التمييزي على أن جميع أبعاد الاختبار تتصف بالقدرة على التمييز بين الأسوياء والعصابيين حيث تراوحت قيم (ف) لمعاملات التمييز بين (٣,٩٤ و ١١٧,٣) بمستويات دلالة إحصائية تراوحت بين (٠,٠٥ و ٠,٠١).

أيضاً قام الشيخ (١٩٨٦) بعرض بنود المقياس على خمسة من أساتذة علم النفس بالجامعات المصرية، وبلغت نسبة الاتفاق بين المحكمين على بنود المقياس (٨٠%)، وبلغت نسبة الاتفاق بين طلاب وطالبات البكالوريوس والليسانس (٩٠%).

وبينت نتائج الدراسة التي قام بها فرح وآخرون (١٩٩٣) أن المقياس أظهر القدرة على التمييز بين فئتين من ذوي القلق المرتفع وذوي القلق المنخفض، وهذا يدل على صدق المقياس.

- قام الأسمري (١٩٩٩م) بعرض بنود المقياس على مجموعة من المحكمين تكونت من (١٤) متخصصاً في علم النفس بجامعة أم القرى وكلية المعلمين في كل من مكة المكرمة والطائف، وعدد من العاملين بقسم إرشاد الطلاب بإدارة تعليم مكة المكرمة إضافة إلى عدد من المتخصصين في الإرشاد بمستشفى الملك عبد العزيز بجدة.

وتراوحت نسبة الاتفاق بين المحكمين على مناسبة العبارات ووضوح صياغتها ما بين ٩١,٧% و ٩٦%، أيضاً تراوحت نسبة الاتفاق بين المحكمين على عبارات المقياس من حيث الحكم على كل عبارة هل هي عقلانية أم غير عقلانية ما بين ٨٥,٧% و١٠٠%.

ثبات المقياس:

- قام الريحاني (١٩٨٥) بحساب الثبات عن طريق:

(١) إعادة الاختبار، وتراوحت معاملات الثبات للدرجات الفرعية ما بين (٠,٤٥ وَ ٠,٨٣) بمتوسط مقداره (٠,٧٠).

(٢) وحينما حُسب معامل الثبات على أساس الدرجة الكلية للمقياس بلغ معامل الثبات (٠,٨٥).

(٣) كذلك تم حساب معاملات الثبات عن طريق الاتساق الداخلي باستخدام معامل الفا كرونباخ، وتراوحت قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس الـــ ١٣ ما بين (٠,٥٤ و ٠,٩١) بمتوسط مقداره (٠,٧٩).

(٤) أما معامل الثبات المحسوب على أساس الدرجة الكلية فبلغ (٠,٩٢). وبلغ معامل الارتباط في دراسة الشيخ (١٩٨٦) بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني (٠,٩١) وذلك بفاصل زمني مقداره ١٥ يوماً بين التطبيقين.

قام الأسمري (١٩٩١) بحساب معامل الثبات بالطرق التالية:

(١) التجزئة النصفية: حيث بلغ معامل الثبات (٠,٦٦) وبعد التصحيح بمعادلة سبيرمان

و براون. لاستجابات مجموعتي الدراسة تراوح معامل الثبات بين (٠,٨٠ وَ ٠,٨٥)

(٢) معامل ألفا كرونباخ حيث تراوح معامل الثبات للمقياس على مجموعتي الدراسة بين (٠,٦٨ وَ ٠,٧٦).

ثبات المقياس في الدراسة الحالية:

قام الباحث بإيجاد معامل الثبات على عينة مكونة من (٤٠) طالباً وقد تم حساب معامل الثبات للمقياس بطريقة ألفا كرونباخ فوجد أنه يساوي (٠,٧١٣).

ويتبين من العرض السابق لنتائج الصدق والثبات أن المقياس المستخدم في الدراسة الحالية يتمتع بدلالات إيجابية ومشجعة تدل على صدق فعاليته في التمييز بين المضطربين والأسوياء، وبذلك يطمئن الباحث لهذا المقياس من حيث استخدامه في هذه الدراسة.

[٢] وصف مقياس وجهتي الضبط الداخلي – الخارجي:

قام بن سيديا (١٩٨٦) بترجمة هذا المقياس من الصورة الأجنبية إلى اللغة العربية وتقنينه على البيئة السعودية، والذي يتكون من ثلاث وعشرين فقرة كل واحد منها تتضمن عبارتين إحداهما تشير إلى الوجهة الداخلية في الضبط والثانية تشير إلى الوجهة الخارجية من الضبط، وقد أضيف إلى الفقرات الثلاث والعشرين ست فقرات دخيلة وضعت حتى لا يكتشف المفحوص هدف المقياس، ولتقليل احتمال ظهور الاستعداد لاستجابة معينة مثل الاستجابة المتطرفة أو الاستجابة المستحسنة اجتماعياً.

طريقة الإجابة على المقياس:

– يقوم المفحوص بالإجابة على عبارات المقياس بوضع علامة أو إشارة (✓) أمام العبارة التي تعبر عن رأيه في كل من (أ) أو (ب) لكل فقرة من فقرات المقياس.

طريقة التصحيح:

١– يجب استبعاد الفقرات الدخيلة ذات الأرقام ١، ٥، ٨، ١٤، ٢٤، ٢٧ من التصحيح.

٢– يعطى المفحوص درجة واحدة عن كل إجابة للعبارة التي تدل على وجهة الضبط الخارجي.

٣– يعطى المفحوص الدرجة صفر عن كل إجابة للعبارة التي تدل على وجهة الضبط الداخلي.

٤- أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المفحوص هي ٢٢ درجة، وأقل درجة هي صفر.

٥- حصول المفحوص على ١٢ درجة فأكثر يشير إلى أنه من ذوي وجهة الضبط الخارجي.

٦- حصول المفحوص على أقل من ١٢ درجة يشير إلى أنه من ذوي وجهة الضبط الداخلي.

٧- يشير الرقم (١) إلى وجهة الضبط الداخلي ويشير الرقم (٢) إلى وجهة الضبط الخارجي. (اللهيبي: ١٩٩٥ : ١١١)

تشير الدرجة المرتفعة التي يحصل المفحوص على وجهة الضبط الخارجي، كما تشير الدرجة المنخفضة وجهة الضبط الداخلي.

استخدامات المقياس:

يستخدم هذا المقياس لقياس إدراك الفرد للعالم المحيط به من ناحية علاقته بسلوكه وما يحصل عليه من تدعيمات إيجابية أو سلبية فيما يكشف عن طبيعة إدراك الفرد لمفهوم السببية، لذا فإن هذا المقياس يستخدم ليقيس بعض الاتجاهات الهامة في الشخصية ويكثر استخدامه في المجالات التربوية، الاجتماعية، السياسية، والشخصية أيضاً يستخدم في الجوانب السوية والمرضية معاً. (العتيبي: ١٤٢١ : ٣٨)

صدق المقياس:

- قام بن سيديا (١٩٨٦) بعرض عبارات المقياس على سبعة من أعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك سعد بالرياض لتجديد مدى مناسبة عبارات المقياس لما وضعت لقياسه وبلغت نسبة الاتفاق بينهم ١٠٠%. وقام أيضاً بعرض عبارات المقياس على عينة من الطلاب السعوديين بالجامعة ممن يدرسون في المستوى الأول وبلغ معامل الاتفاق بينهم ١٠٠%.

- قام اللهيبي (١٩٩٥) بحساب صدق المقياس عن طريق الاتساق الداخلي على عينة مكونة من ٣٠٠ طالب، وتم حساب معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والمجموع الكلي باستخدام طريقة بيرسون ودلت النتائج إلى وجود ارتباط دال إحصائياً بين كل فقرة والمجموع الكلي ما عدا الفقرة رقم (٢٣)، والتي أظهرت معامل ارتباط ضعيف بالنسبة للمجموع الكلي ، إلا أنه أبقاها باعتبار أنها لاتؤثر على صدق المقياس .

ثبات المقياس:

- قام بن سيديا (١٩٨٦) بحساب معامل الثبات عن طريق إعادة التطبيق على عينة مكونة من ٣٥ طالباً من طلاب جامعة الملك سعود، بفاصل مقداره ١٥ يوماً، إلا أنه استبعد إجابات ١٦ منهم نظراً لأنهم لم يكتبوا أسمائهم على ورقة الإجابة بحيث كانت العينة النهائية مكونة من ١٩ طالباً، وبلغ معامل الثبات باستخدام معادلة بيرسون (٠,٧٩) وهو معامل ثبات مرتفع.

ثبات المقياس في الدراسة الحالية:

قام الباحث بإيجاد معامل الثبات على عينة مكونة من (٤٠) طالباً وقد تم حساب معامل الثبات للمقياس بطريقة ألفا كرونباخ فوجد أنه يساوي (٠,٧٠٩).

ويتبين من العرض السابق لكل من معاملات الصدق والثبات للمقياس المستخدم في الدراسة الحالية، أنه يتمتع بمعامل صدق وثبات مقبولين، لذا فالباحث يطمئن لاستخدام هذا المقياس في الدراسة الحالية.

الأسلوب الإحصائي المستخدم لمعالجة بيانات الدراسة:

- اعتمد الباحث في الدراسة الحالية على استخدم النسب المئوية والتكرارات ومعامل ارتباط بيرسون إضافة إلى المتوسطات والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري واستخدام اختبار(t.test) لإظهار الفروق بين أفراد العينة للتحقق من صحة فروض الدراسة

إجراءات التطبيق:

١- بعد أن تمت الموافقة على إجراء تطبيق أداتي الدراسة، وقام الباحث بالإشراف المباشر على توزيع أداتي الدراسة على أفراد العينة في القاعات الدراسية.

٢- قام الباحث بشرح تعليمات استخدام المقياسين لأفراد العينة والتأكد من وضوح التعليمات.

٣- أكد الباحث على أفراد العينة أن الإجابة على أدوات الدراسية اختيارياً وليس إجبارياً.

٤- البقاء مع أفراد العينة للإجابة على أي استفسار منهم حول كيفية الإجابة.

٥- استكمال جميع الأوراق وتنظيمها مع استبعاد الأوراق غير المستوفية للشروط.

٦- تم تفريغ البيانات النهائية في النموذج المعد لذلك ومن ثم إدخالها الحاسب الآلي لعمل المعالجة الإحصائية.

الفصل الرابع
نتائج الدراسة

قام الباحث في هذا الفصل بعرض النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية وذلك من خلال اختيار فرضيات البحث، وتفسير النتائج التي تم التوصل إليها في ضوء الدراسات السابقة التي عرضها الباحث وكذلك في ضوء الإطار النظري، وذلك لمعرفة مدى الاتفاق أو الاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة وتفسير أسباب ذلك.

الفرض الأول وينص على:

تنتشر الأفكار العقلانية وغير العقلانية لدى طلاب كلية المعلمين بمحافظة جدة.

الجدول التالي يوضح الأعداد والنسب المئوية لأفراد العينة ممن اعتبروا غير عقلانيين فيما يتعلق بكل من الأفكار الثلاثة عشر والذين حصلوا على ٧ و ٨ درجات فرعية على كل فكرة.

جدول رقم (٢)

اعداد الطلاب الذين حصلوا على درجتي ٧ و ٨ على كل فكرة ونسبهم المئوية

	الفكرة غير العقلانية	عدد الطلاب المؤيدين لها	النسبة المئوية
١	القلق الزائد	١٠٥	٤٣
٢	طلب الاستحسان من الجميع	١٠٢	٤٢
٣	ابتغاء الحلول الكاملة.	٩٧	٣٩
٤	الجدية والرسمية في التعامل مع الآخرين.	٧٤	٣٠
٥	الاعتماد على الآخرين.	٥٦	٢٣
٦	تجنب الصعوبات والمسئوليات.	٥٠	٢٠
٧	التهور الانفعالي.	٥١	٢٠
٨	ابتغاء الكمال الشخصي	٤٧	١٩
٩	اللوم القاسي للذات والآخرين	٤٨	١٩
١٠	الانزعاج لمشاكل الآخرين.	٤٧	١٩
١١	الاعتقاد بتفوق الرجل على المرأة.	٣٩	١٦
١٢	الشعور بالعجز.	٣٤	١٣
١٣	توقع الكوارث.	٢٠	٨

يتبين من الجدول رقم (٢) أن النسب المئوية لجميع أفراد العينة ممن يمكن اعتبارهم غير عقلانيين أو ممن عبروا عن قبولهم لكل من الأفكار غير العقلانية أن هذه النسب تراوحت بين (٨%) في الحد الأدنى وذلك بالنسبة للفكرة رقم (٤) والمتمثلة بالاعتقاد بتوقع الكوارث و (٤٣%) في الحد الأعلى للفكرة رقم (٦) والمتمثلة بالقلق الزائد، في حين أن الفكرة رقم (١) والمتمثلة بطلب الاستحسان من الجميع بلغت نسبة انتشارها (٤٢%) أما الفكرة رقم (١١) والمتمثلة بالجدية والرسمية في التعامل مع الآخرين فبلغت نسبة انتشارها (٣٩%) كما بلغت نسب انتشار الأفكار غير العقلانية ذوات الأرقام (٥، ٧، ٨، ١٢) أكثر من (٢٠%) بين أفراد العينة، وهي نسب عالية تدل على انتشار واسع لتلك الأفكار بين طلاب الكلية. في حين أن الأفكار اللاعقلانية ذوات الأرقام (٢، ٣، ١٠) فقد كانت نسب انتشارها متساوية حين بلغت (١٩%) أما الفكرتين رقم (٩، ١٣) فقد كانت نسب انتشارهما منخفضة بين (١٣% وَ ١٩%) على الترتيب لدى أفراد عينة الدراسة.

وتتفق هذه النتيجة بشكل عام مع ما توصلت إليه كل من دراسة عمارة (١٩٨٥)، ودراسة الريحاني (١٩٨٧)، ودراسة جحلان (١٤١٦)، دراسة الشيخ (١٩٩٩)، ودراسة الأسمري (١٤١٩)، والتي أشارت إلى انتشار الأفكار غير العقلانية في المجتمعات العربية، وتقدم هذه النتيجة أساساً ومنطلقاً معقولاً لدعم صدق نظرية العلاج العقلاني الانفعالي لإلبرت إليس، وإمكانية قبول هذه النظرية ولو جزئياً في حدود عينة الدراسة .

ويرى الباحث أن تبني الفرد للأفكار غير العقلانية بشكل عام يرجع إلى نوعية أساليب التنشئة الأسرية والنظم الثقافية والاجتماعية السائدة في المجتمع. والتي تلعب دوراً مهماً في تشكيل شخصية الفرد لتتلاءم مع الواقع والمجتمع حيث تقوم بدمجه في الإطار الثقافي العام من خلال تدريبه على طرق التفكير السائدة وغرس المعتقدات الشائعة في نفسه أثناء المرحلة المبكرة من عمره.

الفرض الثاني وينص على:

توجد علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين الأفكار غير العقلانية ووجهة الضبط لدى طلاب كلية المعلمين بجدة.

جدول رقم (٣)

يوضح معاملات الارتباط للعلاقة بين الأفكار غير العقلانية الثلاثة عشر ووجهة الضبط الخارجي

رقم الفكرة	مضمون الفكرة	قيمة معامل الارتباط
الأولى	طلب الاستحسان من الجميع	٠,٣٩ **
الثانية	ابتغاء الكمال الشخصي	٠,٢٠ **
الثالثة	اللوم القاسي للذات والآخرين	٠,٢١ **
الرابعة	توقع الكوارث	٠,١٢ *
الخامسة	التهور الانفعالي	٠,٢١ **
السادسة	القلق الزائد	- ٠,٠٧
السابعة	تجنب الصعوبات والمسئوليات	٠,٢١ **
الثامنة	الاعتماد على الآخرين	٠,٣٥ **
التاسعة	الشعور بالعجز	٠,٥٤
العاشرة	الانزعاج لمشاكل الآخرين	٠,١٨ **
الحادية عشرة	ابتغاء الحلول الكاملة	٠,٢١ **
الثانية عشرة	الجدية والرسمية في التعامل مع الآخرين	٠,١٨ **
الثالثة عشرة	الاعتقاد بتفوق الرجل على المرأة	٠,١٨ *
مجموع الأفكار غير العقلانية		٠,٢٨ **

* عند مستوى ٠,٠٥

** عند مستوى ٠,٠١

يتبين من الجدول (٣) وجود علاقة موجبة ودالة إحصائياً عند مستويي (٠,٠٥) و (٠,٠١) لمعظم الأفكار غير العقلانية ووجهة الضبط فيما عدا الفكرتين رقم (٦) حيث كانت العلاقة غير دالة ولكنها عكسية أما الفكرة رقم (٩) فقد كانت موجبة وغير دالة إحصائياً. وتشير هذه النتيجة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الأفكار غير العقلانية ووجهة الضبط وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة كل من مارتن وآخرون (١٩٩١)، توباسك وصوفيا (١٩٩٢)، دراسة عبد الله وعبد الرحمن (١٩٩٤)، دراسة مكنوثون وآخرون (١٩٩٥) بالرغم من الاختلاف في المكونات الثقافية والحضارية بين عينة الدراسة الحالية وعينات الدراسات السابقة.

ويرى الباحث أنه يمكن فهم المعنى الذي تتضمنه العلاقة بين الأفكار غير العقلانية ووجهة الضبط في ضوء طبيعة الأداتين المستخدمتين في الدراسة الحالية وبالتالي يمكن القول بان ذوي وجهة الضبط الخارجي يتصفون ببعض الخصائص السلبية مثل طلب رضا جميع الناس، وابتغاء الكمال الشخصي ولوم الذات والآخرين، توقع الكوارث، التهور الانفعالي، تجنب مواجهة الصعوبات، الاعتماد على الغير، المبالغة في الانزعاج لمشاكل الآخرين، عدم المرونة في البحث عن الحلول البديلة، الصرامة في التعامل مع الآخرين وبشكل عام تتسق تلك الخصائص مع الأطر النظرية التي تضع صاحب وجهة الضبط الداخلي في إطار الصحة النفسية أكثر مما تضع صاحب وجهة الضبط الخارجي الأمر الذي يلفت النظر إلى عوامل التنشئة الاجتماعية السائدة والتي تغرس تلك الخصائص السلبية والمعتقدات غير العقلانية لدى أفرادها.

ويرى الباحث أيضاً أنه يمكن تفسير النتائج السابقة على ضوء بعض خصائص أفراد عينة الدراسة الحالية والتي شملت طلاباً من مختلف التخصصات والمستويات الأكاديمية الأمر الذي يؤدي بذوي وجهة الضبط الخارجي منهم ليكونوا أكثر توجهاً نحو الآخرين وأكثر ميلاً للمشاركة الاجتماعية والانفعالية في ظل عدم إدراك اختلاف متطلبات الحياة الجامعية بما تتضمنه من أنظمة وتعليمات ومناهج عن الجو السائد في المدارس الثانوية على ضوء الشعور بالعجز وقلة الحيلة إزاء العوامل التي تتحكم في حياتهم الجامعية مثل اختيار نوع الدراسة والخوف من المستقبل بناءً على افتقارهم لإمكانية القيام بدور فعال في التدعيمات الإيجابية والسلبية التي يتعرضون لها.

وبهذه النتيجة يتحقق الفرض الثاني من الدراسة الحالية

الفرض الثالث وينص على:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في الأفكار غير العقلانية لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي.

جدول رقم (٤)

المتوسطات والانحرافات المعيارية لذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي الأفكار العقلانية وغير العقلانية

البعد	الطلاب ذو وجهة الضبط الداخلي (ن = ١١٤)		الطلاب ذوو وجهة الضبط الخارجي (ن = ١٢٩)		درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري			
الفكرة الأولى: طلب الاستحسان من الجميع	٥,٨٧	٠,٩٠٧	٦,٤٧	١,١١٩	٢٤١	٤,٥٨٨	٠,٠١
الفكرة الثانية: ابتغاء الكمال الشخصي	٦,٠٤	٠,٨٤٦	٥,٥١	٠,٨٢١	٢٤١	٤,٩٧٤	٠,٠١
الفكرة الثالثة: اللوم القاسي للذات والآخرين	٥,٥١	٠,٨٤٤	٦,٠٥	٠,٧٨٩	٢٤١	٥,١٣١	٠,٠١
الفكرة الرابعة توقع الكوارث	٥,١٢	٠,٨٦٤	٥,٤٣	٠,٩٥٠	٢٤١	٢,٥٩٣	٠,٠١
الفكرة الخامسة التهور الانفعالي	٥,٢٨	٠,٩٤٥	٥,٩٤	٠,٨٦٤	٢٤١	٥,٦٦٢	٠,٠١
الفكرة السادسة القلق الزائد	٦,٤٠	٠,٩٧٥	٦,٢٩	٠,٩٢٢	٢٤١	٠,٨٩٥	غير دالة
الفكرة السابعة تجنب الصعوبات والمسئوليات	٥,٢٢	١,٠٦٢	٥,٥٩	٠,٩٩٥	٢٤١	٥,٥٠٣	٠,٠١
الفكرة الثامنة الاعتماد على الآخرين	٥,٠٧	٠,٨٥٩	٦,١١	١,٠٨٤	٢٤١	٨,١٩٩	٠,٠١
الفكرة التاسعة الشعور بالعجز	٥,٣١	٠,٨٤٣	٥,٥٥	١,٠٥٣	٢٤١	١,٩٧٢	٠,٠٥
الفكرة العاشرة الانزعاج لمشاكل الآخرين	٥,٦٨	١,١٩٤	٥,٥٠	٠,٩٣٦	٢٤١	١,٢٩١	غير دالة

تابع جدول رقم (٤)

البعد	الطلاب ذو وجهة الضبط الداخلي (ن = ١١٤)		الطلاب ذوو وجهة الضبط الخارجي (ن = ١٢٩)		درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري			
الفكرة الحادية عشرة: ابتغاء الحلول الكاملة	٦,٠٩	٠,٨٩٨	٦,٢٩	٠,٨٦١	٢٤١	١,٨٣٢	غير دالة
الفكرة الثانية عشرة الجدية والرسمية في التعامل مع الآخرين	٥,٧٨	١,٠٢٨	٦,٠٩	١,٠٦٨	٢٤١	٢,٢٦٢	٠,٠٥
الفكرة الثالثة عشرة الاعتقاد بتفوق الرجل على المرأة	٥,٧١	٠,٩٣٨	٥,٤٢	١,٠٢١	٢٤١	٦,٥٢٩	٠,٠١
الأفكار العقلانية وغير العقلانية	٧٣,٧٨٠	٤,٤٣٤	٧٦,٥٨٩	٣,٩٤٦	٢٢٧,٩٤١	٦,٥٢٩	٠,٠١

ويتبين من الجدول رقم (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة ضرورة نيل الإنسان الراشد حب واستحسان كل شخص في مجتمعه (طلب الاستحسان عن الجميع) عند مستوى (٠,٠١) لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي إذ بلغ متوسط درجاتهم على هذا البعد (٦,٤٧) بانحراف معياري (١,١١٩) بينما حصل ذوو وجهة الضبط الداخلي على متوسط (٥,٨٧) بانحراف معياري (٠,٩٠٧) وتشير هذه النتيجة إلى أن الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي كانوا أكثر تأييداً لهذه الفكرة غير العقلانية، في حين أن الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي كانوا أقل تأييداً لها وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتائج دراسة كل من فليب وبيهل (١٩٨١)، دراسة بروس وبابسدروف (١٩٨١)، دراسة وتسون وآخرون (١٩٨٩)، دراسة مارتن وآخرون (١٩٩٢)، دراسة توباسك وصوفيا (١٩٩٢)، دراسة عبد الله وعبد الرحمن (١٩٩٤)، دراسة مكنوثون وآخرون (١٩٩٥).

ويرى الباحث أن الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي لديهم ميل للاعتقاد بقوة تأثير الآخرين، وهذا الميل يدفعهم نحو البحث المتكرر للحصول على رضا وعطف واستحسان الآخرين في ظل معاناتهم المستمرة بعدم الأمان وفقدان الاستقلالية، وفي سبيل تحقيق هذا الهدف غير المنطقي، يلجأ ذوي وجهة الضبط الخارجي إلى التضحية بالرغبات الشخصية

من أجل التقليل من احتمالات توتر العلاقة بالآخرين وهو ما يعكس افتقادهم إلى الشعور بالدفء العائلي وعدم الاستقرار العاطفي والاجتماعي، لذا فهم بحاجة إلى من يزرع الثقة في أنفسهم ويشعرهم بأنهم أفراد قادرون على التعامل مع معطيات بيئاتهم الخارجية بكل عقلانية بما يمتلكونه من طاقات جسمية وعقلية خاصة في مجتمعنا الذي ينظر إلى الأصدقاء والأقرباء والجيران كعامل إيجابي يلزم من خلاله تعزيز التعاون والاتصال بالآخرين والعلاج العقلاني الانفعالي وبشكل عام يستطيع أن يحقق التغيير في التقييم العام للعلاقات الاجتماعية.

كما يتبين من الجدول رقم (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة أن من الواجب على الفرد أن يكون منجزاً بصورة فعالة وتامة حتى يمكن اعتباره شخصاً مهماً (ابتغاء االكمال الشخصي)

عند مستوى (٠,٠١) وكانت الفروق لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي، حيث بلغ متوسط درجاتهم على هذه الفكرة (٦,٠٤) بانحراف معياري (٠,٨٤٦) بينما بلغ متوسط ذوي وجهة الضبط الخارجي (٥,٥١) بانحراف معياري (٠,٨٢١) وتشير هذه النتيجة إلى أن ذوي وجهة الضبط الداخلي أكثر تبنياً لهذه الفكرة من ذوي وجهة الضبط الخارجي الذين أظهروا تبنياً أقل لها.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتائج الدراسات التي قام بها كل من فليب وبيهل (١٩٨١)، بروس بايسدروف (١٩٨١)، وتسون وآخرون (١٩٨٩)، مارتن وآخرون (١٩٩١)، توباسك وصوفيا (١٩٩٢)، عبد الله وعبد الرحمن (١٩٩٤)، مكنوثون وآخرون (١٩٩٥).

ويرى الباحث أن تبني الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي لهذه الفكرة غير العقلانية يمكن إرجاعه إلى ما يتسمون به من الميل إلى السعي المتواصل لتحقيق النجاح والرغبة في الإنجاز في ظل ما يملكونه من الإحساس بالقدرة والكفاءة والذي يدفعهم إلى إدراك أن علاقتهم بغيرهم من الناس ترتبط بمدى مفهومهم عن ذواتهم وقيمهم واتجاهاتهم، لأن الصورة الذاتية لكل فرد منهم تتشكل في الغالب من خلال نظرة الآخرين له والمحكومة بخبرات نجاحهم وفشلهم والتي تتأثر بالمعززات البيئية والجهات الهامة بالنسبة للفرد.

ومن المعلوم أن سعي الفرد لتحقيق هذا الهدف غير المنطقي سيدفعه إلى الشعور بالعجز ونقص الثقة بالنفس خاصة إذا لم يستطع أن ينجز على المستوى الذي يتوقعه وهو ما يعكس عدم الاعتراف الواقعي بالقدرات والإمكانات الذاتية إضافة إلى الإحساس بالافتقاد إلى التقدير الإيجابي من قبل الآخرين.

وترى جحلان (١٤١٦) أن قيام الفرد بأعماله في حدود قدراته وإمكاناته من أهم معالم الصحة النفسية، لأن العمل له صلة وثيقة بالأهداف التي يضعها الإنسان لحياته، وهو بهذا يكتسب قوة ويطمئن لمستقبله حتى وإن لم يصل إلى الكمال في أعماله وإنما يكفيه الشعور بأنه يؤدي أعماله بصورة تميل إلى الاتزان النفسي.

كما يتبين من الجدول (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة أن بعض الناس أشرار وسيئون وهم يستحقون العقاب والتوبيخ (اللوم القاسي للذات والآخرين) عند مستوى (٠,٠١) وكانت الفروق لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي إذ بلغ متوسط درجاتهم على هذه الفكرة (٦,٠٥) بانحراف معياري (٠,٧٨٩) بينما بلغ متوسط درجات ذوي وجهة الضبط الداخلي (٥,٥١) بانحراف معياري (٠,٨٤٤) وتشير هذه النتيجة إلى أن الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي كانوا أكثر تأييداً لهذه الفكرة غير العقلانية من ذوي وجهة الضبط الداخلي.

وتتفق النتيجة السابقة مع ما توصلت إليه نتائج الدراسات التي قام بها فليب وبيهل (١٩٨١)، وتسون وآخرون (١٩٨٩)، مارتن وآخرون (١٩٩١) توباسك وصوفيا (١٩٩٢)، عبد الله وعبد الرحمن (١٩٩٤)، مكنوثون وآخرون (١٩٩٥) والتي خلصت إلى وجود علاقة ارتباطية بين وجهة الضبط الخارجي وجميع الأفكار غير العقلانية.

ويرى الباحث أن الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي يملكون إحساساً بعدم القدرة على المشاركة في التفاعلات الاجتماعية، لاعتقادهم بأن الآخرين أكثر قوة وتأثيراً منهم وهم لا يستطيعون أن يؤثروا فيهم لأنهم ضعفاء في ظل الشعور بالعجز والدونية تجاه ما يدور حولهم في البيئة والافتقاد إلى مواجهة الآخرين، ومن هنا يتبنى ذوي وجهة الضبط الخارجي هذه الفكرة غير العقلانية (اللوم القاسي للذات والآخرين) للدفاع عن ذواتهم ضد الشعور بالقلق والإحباط من خلال الحط من الآخرين وتوجيه الإساءة لهم بدلاً من السعي وراء إصلاح السيئين منهم لأن العقاب والتوبيخ لا يؤديان بالضرورة إلى تحسين السلوك غير المرغوب، ومن المنطقي أن تكون نظرتنا للآخرين من منطلق أنهم مزيج من الخير والشر فلا يوجد إنسان كله خير ولا إنسان كله شر، والنفس البشرية هي مزيج من الخير والشر وإن كانت مفطورة على الخير أصلاً.

كما يتبين من الجدول (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة أنه من المصائب الفادحة أن تسير الأمور بعكس ما يتمنى الفرد (توقع الكوارث) عند مستوى (٠,٠١) وكانت الفروق لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي حيث بلغ متوسط درجاتهم (٥,٤٣) بانحراف معياري (٠,٩٥٠) أما الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي فبلغ متوسطهم (٥,١٢) بانحراف معياري (٠,٨٦٤) وهذه النتيجة تشير إلى أن ذوي وجهة الضبط الخارجي هم أكثر تأييداً لهذه الفكرة غير العقلانية من ذوي وجهة الضبط الداخلي.

ومن الدراسات التي تعزز النتيجة السابقة ما توصلت إليه نتائج دراسة فليب وبيهل (١٩٨١)، دراسة بروس بابسدروف (١٩٨١)، دراسة وتسون وآخرون (١٩٨٩)، دراسة مارتن وآخرون (١٩٩١)، دراسة عبد الله وعبد الرحمن (١٩٩٤) ودراسة مكنوثون وآخرون (١٩٩٥).

ويرى الباحث أن تبني الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي لهذه الفكرة غير العقلانية (توقع الكوارث) يرجع إلى إدراكهم المحرف للأحداث ونتائجها لسوء فهمهم للعلاقة السببية بين سلوكهم والتدعيمات التي يحصلون عليها في ظل افتقادهم للقدرة على تحمل الفشل والإحباطات الموجودة في البيئة بأقل قدر من القلق والإحباط الذي يجعلهم عاجزين عن تركيز انتباههم واتخاذ قراراتهم بشكل مناسب لمواجهة الصعوبات والمواقف الضاغطة، وبالتالي يقود هذا المعتقد غير العقلاني إلى قيامهم بسلوكيات غير تكيفية يعيقون بها ذواتهم حيث تجسد لهم الحياة بصورة معقدة لا تمكنهم من التنبؤ بالاحداث ولا تمكنهم من تحسين النتائج النهائية للمواقف التي يواجهونها مما يترتب عليه الشعور باليأس وعدم تقبل الحياة الواقعية لذا تتسم توقعاتهم بالسلبية والتشاؤم وقلة الحيلة.

يشير بيرجر (١٩٨٨) إلى أن الاعتقاد بهذه الفكرة غير العقلانية يعد مؤشراً لما أسماه تحقير الذات اللاعقلاني والتي لها تأثير كبير على عدة اضطرابات سلوكية وانفعالية.

كمايتبين من الجدول (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة أن المصائب والتعاسة تعود أسبابها للظروف الخارجية ولا يستطيع الإنسان السيطرة عليها والتحكم فيها (التهور الانفعالي) لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي عند مستوى (٠,٠١) إذ بلغ متوسط درجاتهم (٥,٩٤) بانحراف معياري (٠,٨٦٤) بينما بلغ متوسط درجات الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي على هذه الفكرة (٥,٢٨) بانحراف معياري (٠,٩٤٥) وتشير هذه النتيجة إلى أن ذوي وجهة الضبط الخارجي كانوا أكثر تأييداً لهذه الفكرة غير العقلانية من ذوي وجهة الضبط الداخلي.

وجاءت هذه النتيجة متفقة مع ما توصلت إليه دراسة بروس وبابسيدروف (١٩٨١) بشكل خاص، ومع ما توصلت إليه دراسة فليب وبيهل (١٩٨١)، دراسة وتسون وآخرون (١٩٨٩)، دراسة مارتن آخرون (١٩٩١)، دراسة توباسك وصوفيا (١٩٩٢)، دراسة عبد الله وعبد الرحمن (١٩٩٤)، دراسة مكنوثون وآخرون (١٩٩٥) بشكل عام.

ويرى الباحث أن ميل ذوي وجهة الضبط الخارجي إلى تضخيم الأمور المبالغة في تصور الأحداث يرجع إلى سواء إدراكهم لأسلوب حياتهم واستجاباتهم بشكل عام والتي يرون أنها محكومة بعوامل وقوى خارجية خاصة عندما يرون أن التدعيم الذي يتبع سلوكهم يكون مصدره خارجاً عن نطاق تحكمهم أو سيطرتهم أو أنه غير متسق مع سلوكهم، لذا فهم يعزون النتائج السلبية المترتبة على هذا السلوك إلى عوامل خارجية يصعب السيطرة عليها لما تشكله من خطر وتهديد لأمنهم وحماية ذواتهم في ظل عجزهم عن تحمل الفشل وعدم الكفاءة في التعامل مع البيئة بما يملكونه من قدرات وإمكانات متاحة لهم الأمر الذي يؤدي إلى تعزيز سيطرة مشاعر الخيبة والذنب وعدم تحمل المسئولية لما يقومون به من سلوكيات.

ويتضح من الجدول السابق رقم (٤) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فكرة (القلق الزائد) بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي وهذه النتيجة تشير إلى انعدام وجود الاختلاف بين ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي. مما يعني أن القلق وانشغال البال في النتائج هو أمر سائد لديهم.

ومما يؤكد ذلك أن هذه الفكرة غير العقلانية نالت أعلى نسبة انتشار (٤٣%) بين أفراد العينة. وتبدو هذه النتيجة غير متوقعة ولا تتسق مع الإطار النظري للعلاج العقلاني الانفعالي، ومع ما توصلت إليه معظم الدراسات التي تناولت العلاقة بين وجهة الضبط والأفكار غير العقلانية. ولا سيما دراسة فليب وبيهل (١٩٨١)، دراسة بروس وبابسدروف (١٩٨١)، دراسة وتسون وآخرون (١٩٨٩)، دراسة مارتن وآخرون (١٩٩١).

إلا أن هذه النتيجة جاءت متفقة مع ما توصلت إليه دراسة جحلان (١٤١٦)، دراسة الأسمري (١٤١٩) من انعدام وجود الاختلاف بين أفراد عينتي تلك الدراستين المحليتين في هذه الفكرة غير العقلانية (بالرغم من اختلاف عينتها عن عينة الدراسة الحالية) الأمر الذي يؤكد انتشار هذه الفكرة في حدود مجتمع الدراسة .

ويرى الباحث أنه يمكن إرجاع انعدام الفروق بين ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي إلى أن العبارات التي تقيس هذه الفكرة لا تركز على الأعراض الجسمية المصاحبة للقلق، حيث يؤكد عكاشة (١٩٨٠) أن أبناء البيئة العربية الذين يعانون عن القلق يعبرون عن انفعالاتهم بواسطة أعراض جسمية مصاحبة.

ويتضح من الجدول رقم (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة أن تجنب الصعوبات والمسئوليات أسهل من مواجهتها (تجنب الصعوبات والمسئوليات) وذلك عند مستوى (٠,٠١) وكانت الفروق لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي، إذ بلغ متوسط درجاتهم على هذا البعد (٥,٥٩) بانحراف معياري (٠,٩٩٥) فيما بلغ متوسط درجات ذوي وجهة الضبط الداخلي (٥,٢٢) بانحراف معياري (١,٠٦٢).

وتشير هذه النتيجة إلى أن ذوي وجهة الضبط الخارجي كانوا أكثر تأييداً لهذه الفكرة بينما أظهر ذوَي وجهة الضبط الداخلي تأييداً أقل . وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتائج دراسة بروس وبابسدروف (١٩٨١) خاصة، نتائج دراسة فليب وبيهل (١٩٨١)، دراسة دوجلاس واندرسون (١٩٨٩)، دراسة مارتن وآخرون (١٩٩١)، دراسة توباسك وصوفيا (١٩٩٢)، دراسة عبد الله وعبد الرحمن (١٩٩٤) ودراسة مكنوثون وآخرون (١٩٩٥).

ويرى الباحث أن ميل ذوي وجهة الضبط الخارجي لتجنب إنجاز المهام والواجبات، والتهرب من تحمل المسئوليات المنوطة بهم يعود إلى غياب الشعور بالإنجاز للحصول على مركز اجتماعي أو أكاديمي في مواقف تنافسية تهدف إلى تحقيق الامتياز والتفوق حيث يشكل الخوف من مواجهة المهام استعداداً لتوقع نتائج سلبية، ويلعب هذا الشعور دوراً في تجنيبهم لمشاعر القلق والخوف من الفشل وتحمل المخاطر ونتائجها، مما يجعلهم أقل مواصلة للسعي في مواجهة الصعوبات والمسئوليات إضافة إلى ما تلعبه الأسرة والثقافة

السائدة في عدم تعزيز فرص مواجهة المشكلات المختلفة وحلها دون تهديد بنواتج الفشل في حالة عدم تحقيق الأهداف.

وتشير قطامي (١٩٩٤) إلى أن تعويد الأبناء على مواجهة المهام الصعبة تساعد في معالجة الأفكار وتنظيمها في وقت قصير وبطريقة مستقلة إضافة إلى بلورة مفهوم ذات إيجابي عن طريق المعالجات الناجحة التي تستخدم فيها القدرات والإمكانات.

ويتضح من الجدول رقم (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي الضبط الخارجي في فكرة أنه يجب اعتماد المرء على الآخرين وأنه بحاجة إلى شخص أقوى منه للاعتماد عليه (الاعتماد على الآخرين) عند مستوى (٠,٠١) لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي، إذ بلغ متوسط درجاتهم على هذا البعد (٦,١١) بانحراف معياري (١,٠٨٤) وتشير هذه النتيجة إلى أن ذوي وجهة الضبط الخارجي كانوا أكثر تأييداً لهذه الفكرة غير العقلانية من ذوي وجهة الضبط الداخلي وجاءت هذه النتيجة متفقة مع ما توصلت إليه دراسة فليب وبيهل (١٩٨١)، دراسة وتسون وآخرون (١٩٨١) ودراسة مكنوثون وآخرون (١٩٩٥).

ويرى الباحث أن تأييد ذوي وجهة الضبط الخارجي لهذه الفكرة غير العقلانية يرجع إلى شعورهم الدائم بعدم القدرة على التحكم بالأحداث البيئية التي تدور من حولهم في ظل الاعتقاد بتوافر عوامل الصدفة، الحظ، قوة نفوذ وتأثير الآخرين إضافة إلى الاعتقاد بوجود قوى خارجية غامضة تسير جميع أمور حياتهم بناءاً على انعدام الأمن النفسي والإحساس بالاستقلال وتنامي مشاعر القلق والنقص وخيبة الأمل المحكومة بنظرة خاطئة للعالم والحياة بأنها مكان مليء بالأخطار والتهديد لذا فهم يبالغون بمقدار الحاجة إلى الآخرين في كل وقت يواجهون فيه المواقف الحياتية العادية وإلا سوف تكون النتيجة الانسحاب من تلك المواقف وتظهر هذه الاعتمادية في سعيهم الواضح للحصول على عطف واستحسان الآخرين.

ويشير كفافي (١٩٩٩) إلى أن الإسراف في الاعتماد على الآخرين يؤدي إلى فقدان الحرية والاستقلالية وإلى المزيد من الاعتمادية والفشل في التعلم، بحيث يصبح الفرد تحت رحمة الآخرين ممن يعتمد عليهم لأن الإنسان يتعلم من الخبرات الفاشلة أكثر مما يتعلمه من الخبرات الناجحة.

ويتضح من الجدول (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة إن الخبرات والأحداث الماضية تقرر السلوك الحاضر وأن تأثير الماضي لا يمكن تجاهله أو محوه (الشعور بالعجز) عند مستوى (٠,٠٥) لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي إذ بلغ متوسط درجاتهم على هذا البعد (٥,٥٥) بانحراف معياري (١,٠٥٣) بينما بلغ متوسط درجات الطلاب ذوي

وجهة الضبط الداخلي على هذا البعد (٥,٣١) بانحراف معياري (٠,٨٤٣) وتشير هذه النتيجة إلى النتيجة إلى أن الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي كانوا أكثر تأييداً لهذه الفكرة غير العقلانية من الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي. وجاءت هذه النتيجة متفقة مع ما توصلت إليه دراسة فليب وبيهل (١٩٨١)، دراسة وتسون وآخرون (١٩٨٩).

ويرى الباحث أن سبب تبني الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي لهذه الفكرة غير العقلانية يرجع إلى أن وعيهم الإدراكي قائم على خبرات سابقة أسرية أو تعليمية تم تعزيزها خارج نطاق ذواتهم وينتج عنها وجود مشاعر الخيبة والفشل على ضوء إحساسهم بفقدان العوامل الدافعة لتغيير الأحداث الحالية، وكنتيجة لتعدد العوامل المؤثرة في هذا التغيير، وتوقع النتائج السلبية، وانعدام القدرة على مقاومة الضغوط واتخاذ القرار يتشبث ذوي وجه الضبط الخارجي بالماضي كعذر أو تبرير أو كنوع من الهروب لعدم الاستطاعة على هذا التغيير والذي يرتبط بالسلوك الحالي لهم والمتعلق بالاعتقاد بصعوبة التحكم بالأحداث المحيطة بهم.

ويتضح من الجدول (٤) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة أنه ينبغي للفرد أن ينزعج ويحزن لما يصيب الآخرين من مشكلات واضطرابات (الانزعاج لمشاكل الآخرين)، حيث بلغ متوسط ذوي وجهة الضبط الداخلي (٥,٦٨) بانحراف معياري (١,١٩٤) بينما بلغ متوسط درجات الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي على هذا البعد (٥,٥٠) بانحراف معياري (٠,٩٣٦).

وتبدو هذه النتيجة غير متسقة مع ما قدمته نظرية العلاج العقلاني الانفعالي ومع ما توصلت نتائج الدراسات السابقة التي قام بها فليب وبيهل (١٩٨١)، بروس وبابسدروف (١٩٨١)، وتسون وآخرون (١٩٨٩)، مارتن وآخرون (١٩٨١)، توباسك وصوفيا (١٩٩٢).

ويرى الباحث أن انعدام وجود الفروق بين ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة (الانزعاج لمشاكل الآخرين) يمكن إرجاعه إلى ما تقوم به كل من تعاليم الدين الإسلامي الحنيف ومبادئ الثقافة العربية من دور هام في تحديد أطر ومعايير التكافل الاجتماعي بين أفراد المجتمع الإسلامي، والمتأمل لنصوص الكتاب والسنة يدرك أهمية تشرب أبناء الأمة الإسلامية والعربية لهذه المعايير في ظل تحقيق العبودية لله عز وجل، ونظراً للاختلاف الثقافي بين أفراد عينة الدراسة الحالية وعينات الدراسات السابقة ذات العلاقة، نجد أن أبناء البيئة العربية هم أكثر تبنياً لهذه الفكرة وهو ما أكدته الدراسة الحالية إذ بلغت نسبة انتشارها بين أفراد العينة (٣٩%) واتفقت معه دراسة الريحاني (١٩٨٧)، دراسة الأسمري (١٤١٩). ويرى الريحاني (١٩٨٥) أن هذه الفكرة وبشكل عام لم تكن ضمن الأفكار التي ميزت بين الأسوياء والعصابيين إلا أنه لا ينبغي أن تكون مشكلات الآخرين مصدر توتر وإزعاج كبير للفرد على حساب الاهتمام بالسلوك الشخصي.

ويتضح من الجدول (٤) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة هناك حل مثالي وصحيح لكل مشكلة وهذا الحل لابد من إيجاده وإلا فالنتيجة تكون مفجعة (ابتغاء الحلول الكاملة) إذ بلغ متوسط درجات الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي على هذا البعد (٦,٠٩) بانحراف معياري (٠,٨٩٨) بينما بلغ متوسط درجات الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي (٦,٢٩) بانحراف معياري (٠,٨٦١).

وجاءت هذه النتيجة غير متسقة مع ما قدمته نظرية العلاج العقلاني الانفعالي في أطرها النظرية، ومع ما توصلت الدراسات السابقة التي قام بها فليب وبيهل (١٩٨١)، بروس وبابسدروف (١٩٨١)، وتسون وآخرون (١٩٨٩)، مارتن وآخرون (١٩٩١)، توباسك وصوفيا (١٩٩٢)، عبد الله وعبد الرحمن (١٩٩٤)، مكنوثون وآخرون (١٩٩٥).

ويرى الباحث أن انعدام الفروق بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة (ابتغاء الحلول الكاملة) قد يعود إلى الاتفاق في الأهداف النهائية لسلوكهم والمتمثل في توقع التعزيز بالرغم من الاختلاف في الأسباب حيث أن ذوي وجهة الضبط الداخلي يريدون تحقيق أكبر قدر من الإنجاز والفعالية لاستخلاص أعلى مستوى من الإشباع والتعزيز في ظل ما يتسمون به من الكفاءة والمهارة والقدرة وهو ما يجعلهم يتبنون أهدافاً إنجازية عالية، في حين أن ذوي وجهة الضبط الخارجي تسيطر عليهم مشاعر الخوف من الفشل والإحباط وتوافر مشاعر العجز عن تحمل النتائج المترتبة على الحلول البديلة، نتيجة الاعتقاد بصعوبة المواقف التي يواجهونها سواءً على المستوى الشخصي أو الأسري، ولا يمكن إغفال دور التنشئة الاجتماعية من قبل الأسرة التي تطالب الفرد بتحقيق الأهداف بأعلى قدر من الإنجاز، الأمر الذي يؤدي إلى سيطرة مشاعر الخوف والقلق والاضطراب وفقدان الثقة بالنفس للعجز عن إيجاد الحل المثالي الصحيح للموقف الذي يواجهه الفرد.

ويتضح من الجدول (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة أنه يجب أن يتصف الشخص بالجدية والرسمية في تعامله مع الآخرين حتى تكون له قيمة (الجدية والرسمية في التعامل مع الآخرين) عند مستوى (٠,٠٥) لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي إذ بلغ متوسط درجاتهم على هذه الفكرة (٦,٠٩) بانحراف معياري (١,٠٦٨) بينما بلغ متوسط درجات ذوي وجهة الضبط الداخلي (٥,٧٨) بانحراف معياري (١,٠٢٨) وتشير هذه النتيجة إلى أن الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي كانوا أكثر تأييداً لهذه الفكرة غير العقلانية من الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي.

وتعد هذه الفكرة (الجدية والرسمية في التعامل مع الآخرين) إحدى الفكرتين اللتين أضافهما الريحاني (١٩٨٥) على مقياس الأفكار غير العقلانية لإلبرت إليس، وتؤكد دراسة كل من الريحاني (١٩٨٧)، الشيخ (١٩٨٦)، جحلان (١٤١٦)، الأسمري (١٤١٩) أن هذه الفكرة منتشرة في مختلف البيئات العربية بالرغم من اختلاف عينات الدراسات السابقة على حدود الدراسة الحالية إلا أن هذه الفكرة غير العقلانية بلغت نسبة انتشارها (٣٠%) بين

أفراد عينة الدراسة. ويرى الباحث أن تبني الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي لهذه الفكرة غير العقلانية يرجع إلى اعتقادهم بأن مصدر تدعيمهم يقع في أيدي أشخاص آخرين أكثر قوة وتأثيراً منهم، لذا فهم بحاجة إلى مساعدتهم وعطفهم، ويتعاملون بطريقة لا تحتمل المرح والمزاح خوفاً من فقدان الهيبة والاحترام أمامهم والذي يترتب عليه الشعور بالأمن والحصول على التعزيز.

ويرى إليس (الأسمري: ١٤١٩) أن الاضطراب الانفعالي عند معظم الناس يرجع إلى نظريتهم للحياة والآخرين بصورة صارمة وجدية، الأمر الذي يحول دون الانطلاق والانسجام مع المطلوب اجتماعياً.

ويتضح من الجدول (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة أن مكانة الرجل هي الأهم فيما يتصل بعلاقته مع المرأة (الاعتقاد بتفوق الرجل على المرأة) عند مستوى (٠,٠١) لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي إذ بلغ متوسط درجاتهم على هذه الفكرة (٥,٧١) بانحراف معياري (٠,٩٣٨) بينما متوسط الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي على هذه الفكرة (٥,٤٢) بانحراف معياري (١,٠٢١) وتشير هذه النتيجة إلى أن الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي كانوا أكثر تأييداً لهذه الفكرة من الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي.

وتعد هذه الفكرة الإضافة الثانية التي قام بها الريحاني (١٩٨٥) على مقياس الأفكار غير العقلانية لألبرت إليس وتتفق هذه النتيجة على ما أكدته نتائج الدراسات التي قام بها الريحاني (١٩٨٥) ، (١٩٨٧)، الشيخ (١٩٨٧)، جحلان (١٤١٦)، الأسمري (١٤١٩)، من انتشار هذه الفكرة بين أبناء المجتمعات العربية.

ويرى الباحث أن تبني الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي لهذه الفكرة يرجع إلى إحساسهم بأنهم أكثر قوة وقدرة على تحمل المسئولية والإنجاز في ظل ما يتطلبه العمل من الكفاءة والمهارة، ولشعورهم بأنهم أكثر قدرة على تحمل الإحباط والضغوط وحل المشكلات الانفعالية والصراعات الخارجية مع المرأة، وأن لديهم معرفة شاملة بعالم العمل والبيئة المحيطة بهم بشكل عام.

ويبدو أن أساليب التنشئة الاجتماعية والنظم الثقافية السائدة تساعد وبشكل كبير على تبني هذه الفكرة في ظل غياب حدوث تغييرات حقيقية على مستوى وضع المرأة الاجتماعي أو على مستوى القيم المرتبطة بمكانتها كأم، وأخت، وزوجة وطرف ثاني في العلاقات الإنسانية التي حددها الشارع الحكيم.

وأيضاً من خلال الجدول رقم (٤) يتضح أن هنالك فروقاً ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي في الأفكار العقلانية وغير العقلانية إذ بلغ متوسط درجاتهم على مجموع الأفكار العقلانية وغير العقلانية (٧٦,٥٨٩) بانحراف معياري (٤,٩٤٦) بينما بلغ متوسط درجات الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي على مجموع الأفكار العقلانية وغير العقلانية (٧٣,٧٨٠) بانحراف معياري (٤,٤٣٤) وهذه النتيجة تشير إلى أن الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي كانوا أكثر تبنياً للأفكار غير العقلانية من الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتائج دراسة كل من فليب وبيهل (١٩٨١)، دراسة بروس وبابسدروف (١٩٨١)، دراسة وتسون وآخرون (١٩٨٩)، دراسة مارتن جنس وآخرون (١٩٩١)، دراسة توباسك وصوفيا (١٩٩٢)، دراسة عبد الله وعبد الرحمن (١٩٩٤)، دراسة مكنوثون وآخرون (١٩٩٥).

ويرى الباحث أن ميل الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي لتبني الأفكار غير العقلانية يرجع إلى افتقادهم للإحساس بصعوبة التحكم في الكثير من الأمور والأحداث العامة التي تدور من حولهم لاعتقادهم بسيطرة العديد من القوى الغامضة، الحظ، الصدفة، نفوذ الآخرين وقوتهم في التأثير على مجريات المواقف التي تشغلهم الأمر الذي يدفعهم إلى تبني أفكار غير عقلانية لتبرر لهم الفشل أو الخوف منه في كثير من المواقف المفروضة عليهم سواءً على المستوى الشخصي، الأسري، الاجتماعي، الأكاديمي وهو ما فسرته النتائج السباقة على مستوى الأفكار الثلاثة عشرة من خلال استخدام اختبار (ت t-test) بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي والطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي.

الفصل الخامس

ملخص النتائج والتوصيات

أولاً: ملخص نتائج الدراسة

ثانياً: التوصيات والمقترحات

أولاً: ملخص النتائج:

تناولت الدراسة الحالية في مجملها الأفكار العقلانية وغير العقلانية وعلاقتها بوجهتي الضبط الداخلي والخارجي لدى عينة من طلاب كلية المعلمين بمحافظة جدة ويمكن تلخيص أهم ما توصلت إليه الدراسة فيما يلي:

١- انتشار الأفكار غير العقلانية لدى طلاب كلية المعلمين بجدة.

٢- وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين الأفكار العقلانية وغير العقلانية ووجهة الضبط.

٣- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في مجموع الأفكار العقلانية وغير العقلانية لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي.

٤- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة (إنها ضرورة ملحة للإنسان الراشد أن ينال حب واستحسان كل شخص في مجتمعه) لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي.

٥- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة (أن من الواجب على الفرد أن يكون منجزاً بصورة فعالة وتامة حتى يمكن اعتباره شخصاً مهماً) لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي.

٦- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة (أن بعض الناس أشرار وسيئون وهم يستحقون العقاب والتوبيخ لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي.

٧- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة (أنه لمن المصائب الفادحة أن تسير الأمور بعكس ما يتمنى الفرد) لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي.

٨- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة (أن المصائب والتعاسة تعود أسبابها للظروف الخارجية ولا يستطيع الإنسان السيطرة عليها أو التحكم فيها) لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي.

٩- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة (أن الأشياء المخيفة تستدعي الاهتمام الكبير والتفكير الدائم بها) لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي.

١٠- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة (أن تجنب الصعوبات والمسئوليات أسهل من مواجهتها).

١١- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة (أنه يجب اعتماد المرء على الآخرين وأنه بحاجة إلى شخص أقوى منه للاعتماد عليه) لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي.

١٢- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة (أن الخبرات والأحداث الماضية تقرر السلوك الحاضر وأن تأثير الماضي لا يمكن تجاهله أو محوه) لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي.

١٣-عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة (أنه ينبغي للفرد أن ينزعج ويحزن لما يصيب الآخرين من مشكلات واضطرابات).

١٤- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة (هناك حل مثالي لكل مشكلة وهذا الحل لا بد من إيجاده وإلا فالنتيجة تكون مفجعة).

١٥- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي ذوي وجهة الضبط الخارجي فكرة
(أنه يجب أن يتصف الشخص بالجدية والرسمية في تعامله مع الآخرين حتى تكون له قيمة) لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الخارجي ٠

١٦- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي وذوي وجهة الضبط الخارجي في فكرة (إن مكانة الرجل هي الأهم فيما يتصل بعلاقته مع المرأة) لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي ٠

هذا تتفق معظم النتائج التي تم التوصل إليها في الدراسة الحالية مع الأطر والافتراضات الأساسية لنظرية العلاج العقلاني الانفعالي، وكذلك مع ما توصلت إليه معظم الدراسات السابقة التي أوردها الباحث والتي أجريت على عينات مختلفة وفي أماكن عدة مما يؤكد على صدق تلك النظرية وإمكانية قبولها في المجتمع السعودي إلى حد كبير.

ثانيـــاً: التوصيات والمقترحات

(أ) التوصيات:

بناءً على ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج يوصي الباحث بما يلي:

١- ضرورة قيام علماء النفس والاجتماع والنخبة المثقفة بمراجعة شاملة لأساليب التنشئة الاجتماعية والنظم الثقافية السائدة في المجتمع، والتي تسهم في غرس المعتقدات غير العقلانية لدى جميع أفراد المجتمع ولاسيما الطلاب.

٢- ضرورة أن تضمن مؤسسات التعليم العالي مراكزاً للتوجيه والإرشاد أكثر فعالية تعنى بالصحة النفسية، وتقوم على أساس تطوير أساليب التفكير العقلاني لدى الطلاب خاصة وهم في مقتبل حياتهم المهنية.

٣- أن تهتم برامج الإذاعة والتلفاز بتقديم البرامج التي تجذب المستمع والمشاهد العادي، والتي توضح دور الأسرة في ضرورة زرع الثقة بالنفس لدى الأبناء، وإعطائهم الحرية الكافية لإدارة شئون حياتهم الخاصة بما يمتلكونه من قدرات وإمكانات واقعية، وعدم مطالبتهم بتحقيق أهداف إنجازية عالية أو تهديدهم بنواتج الفشل.

٤- ضرورة لفت انتباه المربين (من آباء ومعلمين) لما تنطوي عليه تقييماتهم وتعزيزاتهم من مضامين بشأن مسببات النجاح والفشل، وضرورة التأكيد على أهمية الجهد الإنساني والمثابرة في تجاوز العقبات، والعمل على تعزيز ثقة الفرد بنفسه وبكفاءته لبذل الجهد المطلوب، لما يشكله ذلك من تهيئة نفسية مناسبة ليتبنى أفكاراً أكثر عقلانية وواقعية، ولتنمية أساليب عزو أكثر تكيفية.

(ب) دراسات وبحوث مقترحة:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية يمكن اقتراح بعض البحوث والدراسات التي تثري أدبيات متغيرات الدراسة (الأفكار العقلانية – غير العقلانية ووجهتي الضبط الداخلي – الخارجي) في البيئة السعودية.

١- إجراء دراسة مسحية لحصر الأفكار العقلانية وغير العقلانية الشائعة في المجتمع السعودي.

٢- إجراء المزيد من الدراسات التي تلقي الضوء على أثر بعض العوامل الديموغرافية وأساليب التنشئة الاجتماعية على الأفكار غير العقلانية ووجهة الضبط.

٣- إجراء دراسة لمعرفة الخصائص النفسية للأفراد الذين يتبنون الأفكار غير العقلانية ويميلون إلى وجهة الضبط الخارجي.

٤- إجراء دراسة لمدى فعالية برنامج عقلاني انفعالي في تدريب الأفراد على تنمية وجهة الضبط الداخلي.

٥- إجراء دراسة لمدى فعالية برنامج عقلاني انفعالي في خفض القلق الناشئ عن التوجه الخارجي نحو الضبط.

٦- إجراء دراسات عبر ثقافية لمعرفة الفروق في الأفكار العقلانية بين الطلاب والطالبات في الجامعات العربية.

قائـــمة المراجـــع

المراجع العربية:

(١) إبراهيم، عبد الستار (١٩٩٤)، العلاج السلوكي المعرفي الحديث، القاهرة، دار الفجر.

(٢) إبراهيم، سليمان عبد الله وعبد الحميد، محمد نبيل (١٩٩٤)، العدوانية وعلاقتها بموضع الضبط وتقدير الذات لدى عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود بالمملكة العربية السعودية، مجلة علم النفس، العدد ٣٠، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة.

(٣) إبراهيم، سليمان عبد الله (١٩٨٩)، موضع الضبط وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب الصف الثالث الإعدادي، مجلة علم النفس، العدد ٢١٢ القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب.

(٤) أبو ناهية، صلاح الدين محمد (١٩٨٧) الفروق في الضبط الداخلي – الخارجي لدى الجنسين بقطاع غزة، دراسات تربوية، المجلد الثاني، الجزء التاسع.

(٥) ________ (١٩٨٩)، تقنين مقياس الضبط الداخلي – الخارجي لدى الأطفال المراهقين في الصفوف العليا بالمرحلة الابتدائية في البيئة الفلسطينية بقطاع غزة، مجلة علم النفس، العدد ٩، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب.

(٦) الأعسر، صفاء (١٩٨٣)، دراسات في تنمية دافعية الإنجاز، مركز البحوث التربوية، قطر، جامعة قطر.

(٧) الأسمري، حسين أحمد (١٩٩٩)، الأفكار العقلانية غير العقلانية لدى مدمني الهروين وغير المدمنين في ضوء نظرية إليس (دراسة مقارنة)، رسالة ماجستير غير منشورة، مكة المكرمة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

(٨) بادبيان، سعيد علي (١٤٢٠)، وجهة الضبط الداخلي – الخارجي لدى المتفوقين والمتأخرين دراسياً من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة، مكة المكرمة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

(٩) التميمي، ناديا (١٤١٨) فعالية العلاج العقلاني الانفعالي في حل بعض المشكلات الزوجية، رسالة ماجستير غير منشورة، الرياض، كلية التربية، جامعة الملك سعود.

(١٠) جمل الليل، محمد جعفر (١٩٩٨)، المساعدة الإرشادية، الطبعة الأولى، جدة، دار الفنون.

(١١) جمل الليل، محمد جعفر (٢٠٠١)، مقدمة في الإرشاد النفسي الجماعي، الطبعة الأولى، مكة المكرمة، مطابع بهادر.

(١٢) حجاج، علي حسين (١٩٨٦) نظريات التعلم، سلسلة عالم المعرفة، الجزء الثاني، العدد ١٠٨، الكويت، مطابع الرسالة.

(١٣) جحلان، زين محمد (١٤١٦)، الأفكار العقلانية وغير العقلانية وعلاقتها باستمرار الحياة الزوجية أو فشلها لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى، رسالة ماجستير غير منشورة، مكة المكرمة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

(١٤) حداد، ياسمين (٢٠٠١)، دور أسلوب العزو السلبي والاكتئاب في التنبؤ بالأداء الأكاديمي للذكور والإناث بعد الحصول على نتائج أولية غير مرضية، مجلة دراسات العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، المجلد (٢٨)، العدد (١).

(١٢) الحفني، عبد المنعم (١٩٩٤) موسوعة مدارس علم النفس، القاهرة، مكتبة مدبولي.

(١٦) الخطيب، جمال (١٩٩٤) تعديل السلوك الإنساني، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر.

(١٧) خفاجي، طالب (١٩٨٥)، الإرشاد والعلاج النفسي بين النظرية والتطبيق، مكة المكرمة، المكتبة الفيصلية.

(١٨) خلف الله، زينب عبد اللطيف (١٩٩٣)، مركز الضبط وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى مرحلة الطلبة الثانوية، مجلة دراسات، مجلس دراسات نفسية، القاهرة، المجلد (٢)، العدد (٣) تصدر من الجمعية المصرية للأخصائيين النفسيين.

(١٩) خليفة، عبد اللطيف محمد (١٩٨٩)، المعتقدات والاتجاهات نحو المرض النفسي وعلاقتها بمركز التحكم، مجلة علم النفس، العدد (١٢)، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب.

(٢٠) دسوقي، محمد أحمد (١٩٨٨) مركز التحكم وعلاقته بمفهوم الذات لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعة معلمي المرحلة الثانوية العامة (دراسة مقارنة) مجلة جامعة الملك عبد العزيز (العلوم التربوية)، المجلد الأول، جدة، مركز النشر العلمي بجامعة الملك عبد العزيز.

(٢١) الديب، علي محمد (١٩٩٤) مركز الضبط وعلاقته بالرضا عن التخصص (دراسة عبر حضارية) بحوث في علم النفس على عينات مصرية، سعودية، عمانية، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب.

(٢٢) الريحاني، سليمان (١٩٨٥)، تطوير اختبار الأفكار العقلانية وغير العقلانية، مجلة دراسات (العلوم التربوية)، الجامعة الأردنية، المجلد (١٢)، العدد (١١).

(٢٣) ______ (١٩٨٧) الأفكار اللاعقلانية عند طلبة الجامعة الأردنية وعلاقته بالجنس والتخصص في التفكير اللاعقلاني، مجلة دراسات (العلوم التربوية)، الجامعة الأردنية، المجلد (١٤)، العدد (٥).

(٢٤) ______ (١٩٨٧) الأفكار اللاعقلانية عند طلبة الجامعة الأردنية وعلاقته بالجنس والتخصص في التفكير اللاعقلاني، مجلة دراسات (العلوم التربوية)، الجامعة الأردنية، المجلد (١٤)، العدد (٥).

(٢٥) ـــــ (١٩٨٩)، الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالاكتئاب لدى عينة من طلبة الجامعة الأردنية، مجلة دراسات (العلوم التربوية)، الجامعة الأردنية، المجلد (١٦)، العدد (٧).

(٢٦) الزيات، فتحي مصطفى (١٩٩٦)، سيكولوجية التعلم بين المنظور الارتباطي والمنظور المعرفي، الطبعة الأولى، القاهرة، دار النشر للجامعات.

(٢٧) زهران، حامد عبد السلام (١٩٩٧)، الصحة النفسية والعلاج النفسي، القاهرة، عالم الكتب.

(٢٨) الزيود، نادر فهمي (١٩٩٨)، نظريات الإرشاد والعلاج النفس، الطبعة الأولى، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر.

(٢٩) سيديا، عبد الرحمن (١٩٨٦)، العلاقة بين مصدر الضبط ومفهم الذات لدى الطالب الجامعي، رسالة ماجستير غير منشورة، الرياض، كلية التربية، جامعة الملك سعود.

(٣٠) الشيخ، محمد عبد العال (١٩٨٦)، أثر كل من العلاج العقلاني. الانفعالي والتحصين المنهجي في تخفيف قلق الامتحان، رسالة دكتوراة غير منشورة، طنطا، جامعة طنطا.

(٣١) الشناوي، محمد محروس (١٩٩٤) نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، الطبعة الأولى، القاهرة، دار غريب للطباعة والنشر.

(٣٢) الشناوي، محمد محروس (١٩٩٦)، العملية الإرشادية، الطبعة الأولى، القاهرة، دار غريب للطباعة والنشر.

(٣٣) الصماني، خالد عبيد (١٩٩٩) العلاقة بين الرضا الوظيفي ووجهة العزو لدى عينة سعودية من الجنسين العاملين في الطب والتمريض بمستشفيات القطاع الحكومي في مدينتي مكة المكرمة وجدة، رسالة ماجستير غير منشورة، مكة المكرمة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

(٣٤) الطيب، محمد عبد الظاهر (١٩٨١) تيارات جديدة في العلاج النفسي، الطبعة الأولى، القاهرة، دار المعارف.

(٣٥) الطيب، محمد عبد الظاهر والشيخ محمد عبد العال (١٩٩٠)، الأفكار اللاعقلانية لدى عينة من طلاب الجامعة وعلاقتها بالجنس والتخصص الأكاديمي، بحوث المؤتمر السادس لعلم النفس، القاهرة، من ٢٢-٢٤، ١٩٩٠م.

(٣٦) عبد الرحيم، طلعت حسن (١٩٨٥) ، وجهة التحكم وتقبل الآخرين لدى طلاب الجامعة المحرومين وغير المحرومين من آبائهم، مجلة كلية التربية، المنصورة، الجزء الأول، العدد (٧).

(٣٧) عبد الله، أحمد وعسكر، علي (١٩٩٤)، مركز التحكم وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة الكويت، مجلة شئون اجتماعية، العدد (٤٢)، تصدر عن جمعية الاجتماعيين.

(٣٨) عبد الله، معتز سيد وعبد الرحمن، محمد السيد (١٩٩٤) الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بكل من حالة وسمة القلق ومركز التحكم، مجلة دراسات نفسية، عدد يوليو، القاهرة.

(٣٩) ________ (١٩٩٦)، إعداد مقياس الأفكار اللاعقلانية للأطفال والمراهقين، مجلة علم النفس، العدد (٤٠، ٤١)، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب.

(٤٠) العتيبي، حنس محماس (١٤٢١). الفروق بين المرضى ذوي الأمراض النفسجيمة والأصحاء في وجهة العزو والرضا عن الحياة، في كل من الطائف ومكة المكرمة وجدة، رسالة ماجستير غير منشورة، مكة المكرمة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

(٤١) عقل، محمد عطا (١٩٩٦)، الإرشاد النفسي والتربوي (مداخل نظرية – الواقع – الممارسة) الرياض، دار الخريجي للنشر والتوزيع.

(٤٢) عبد الرحمن، سيد سليمان إبراهيم هشام (١٩٩٦) دراسة لوضع الضبط بكل من قوة الأنا والقلق لدى عينة من طلبة وطالبات جامعة قطر، مجلة مركز البحوث التربوية، العدد (٩) قطر، جامعة قطر.

(٤٣) عبد الله، هشام إبراهيم (١٩٩٧)، أثر العلاج العقلاني في خفض مستوى الاكتئاب لدى الشباب الجامعي، مجلة الإرشاد النفسي، العدد (٧) القاهرة، جامعة عين شمس.

(٤٤) فرح، عدنان وآخرون (١٩٩٣)، قلق الاختبار والأفكار العقلانية واللاعقلانية، مجلة علم النفس، العدد (٢٧)، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب.

(٤٥) فرج، صفوت (١٩٩١) مصدر الضبط وتقدير الذات وعلاقتهما بالانبساط والوصاية، مجلة دراسات نفسية، عدد يناير، القاهرة – رابطة الأخصائيين المصرية.

(٤٦) الفقي، حامد عبد العزيز (١٩٩٢)، نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، الطبعة الثانية، الكويت، دار القلم.

(٤٧) قطامي، نايفة (١٩٩٤)، أثر الجنس وموقع الضبط والمستوى الأكاديمي على دافع الإنجاز لدى طلبة التوجيهية العامة، مجلة دراسات العلوم الإنسانية، الجامعة الأردنية، المجلد (٢)، العدد (٤).

(٤٨) كفافي، علاء الدين (١٩٩٩)، الإرشاد والعلاج النفسي الأسري المنظور النسقي الاتصالي، الطبعة الأولى، القاهرة – دار الفكر العربي.

(٤٩) الكناني، ممدوح عبد المنعم (١٩٩٠)، علاقة مركز التحكم الداخلي – الخارجي في التدعيم ببعض المتغيرات الدافعية، بحوث المؤتمر السنوي السادس لعلم النفس، القاهرة من ٢٢-٢٤ يناير ١٩٩٠م.

(٥٠) اللهيبي، أحمد حامد (١٩٩٥)، وجهة الضبط ومفهوم الذات لدى المدخنين وغير المدخنين، رسالة ماجستير غير منشورة، مكة المكرمة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

(٥١) محمد ، يوسف عبد الفتاح (١٩٩٣)، مركز التحكم وعلاقته بتقدير الشخصية لدى عينة من أطفال المرحلة الابتدائية بدولة الإمارات العربية المتحدة، مجلة مركز البحوث التربوية، العدد (٣) قطر، جامعة قطر.

(٥٢) محمد، يوسف عبد الفتاح (٢٠٠٠) ، الصورة الإكلينيكية والأفكار والمعتقدات اللاعقلانية لدى مدمني الهيروين، مجلة شئون اجتماعية، العدد (٦٧)، تصدر عن جمعية الاجتماعيين.

(٥٣) مقابلة، نصر يوسف ويعقوب، إبراهيم (١٩٩٦)، أثر الجنس ومركز التحكم على مفهوم الذات لدى جامعة اليرموك، المجلة العربية للتربية، المجلد (١٤) العدد (٩) تصدر عن المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم.

(٥٤) مليكه، لويس كامل (١٩٩٠) العلاج السلوكي وتعديل السلوك، الكويت، دار القلم.

(٥٥) موسى، فاروق عبد الفتاح (١٩٨٥)، علاقة مستويات الذكاء بالتحكم الداخلي لدى المراهقين من الجنسين بالمملكة العربية السعودية، المجلة التربوية، المجد (٢)، تصدر من جامعة الكويت.

(٥٦) وقاش، عبد الكريم (١٤٠٦)، بنية التفكير الدجماتي وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية المرتبطة بتقدير الذات ووجهة الضبط، رسالة ماجستير غير منشورة، الرياض – كلية التربية، جامعة الملك سعود.

المراجـع الأجنبية

(1) Bruce A.T & Papsdoref, J.D (1981), Concurrent Validity of the Rational Behavior Invenstory, Psycholagical Reports. No 48, PP. 255-258.

(2) Dembo, M., (1991), A, Plying Educational Psychology in Class Room, New York, Longman.

(3) Ellis, A (1973) Humanistic Psychotherapy. The Rational Emotive Approach. New York, Julian Press.

(4) Ellis, A (1977) HadBook of rational Emotive Therapy, New York. Springer.

(5) Greven, (1985)Effects of Rational – Emotive Program on the Irrational Believes of in Patient Alocoholics (Locus – of – Control), Psychology Clinical. Vol 47.

(6) Martin, et. al (1991) the Relationship Among Inernal External Locus of Control and Rational – Irrational Beliefs, Research Association, No.: 14-15, Lexington.

(7) Mcnaughton, et. al (1995), The RelationShip Among Stress, Depression, Locus of Control, Irrational Beliefs, Social Support, and Health in Alzhemers Disease Caregivers, Journal ment-DIS, No: 183 (2). PP: 8-85

(8) Omizo, et. al (1985) The Effects of Rational Emotive Education Groups of Self – Concept and Locus of Control Among Learning Disabled Children. Journal – Articles (080), Reports – Research (143), University of Calfornia.

(9) Philip, G & Phil, R (1981), Relationship Between Locus of Conrol and Irrational Beliefs. Psychological Reports. No.: 48. PP : 181-182.

(10) Rosenbaum, T. et. al (1991). The Effects of Rational – Emotive Education on Lacus of Control. Rationality and Anxiety in Primary School Chlidren. Australian – Journal – of Education – Vol. 35, No.: 2. PP.: 187 – 200.

(11) Stevens, John (1989), The Effects of Group Rational Behavior Training of Depression, Death Anxiety. Locus of Control, and Irrational Belifs in Dissertation Abstracts International., Vol: 49 (10-B). P.: 4563 .

(12) Tobacyc & Zofia, (1992) Comparisons of Belfief – Based Peronality constructs in Polish and American University Students, Jurnal of Cross – Cultural Psychology, Vol. 23, No. 3, PP. 311-325.

(13) Watson, et. al (1989), The Contribtions of self – de Eating Philosphies. Perceived Helpessness, and Repression to Anxiety Among Psychiatric Patients, Jounal Of Clincal Psychology, July, Vol 45, No 4, PP. 513-521.

الملاحق

ملحق رقم (١)

مقياس الأفكار العقلانية وغير العقلانية

إعداد الدكتور/ سليمان الريحاني

بسم الله الرحمن الرحيم

أخـــي العزيـــــز /

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

بين يديك قائمة تحتوي على مجموعة من العبارات والجمل التي تعبر عن أفكار ومبادئ واتجاهات يؤمن ويقتنع بها البعض، أو يرفضها بشكل مطلق.

المطلوب منك أن تقرأ كل عبارة بعناية وحرص، ثم تضع إشارة (✓) في المكان المناسب الذي يعبر عن موقفك. علماً أن هناك مستويين من الإجابة تختار أحدهما: [بنعم] أو [لا]

الرجاء الإجابة على جميع العبارات بكل صراحة وصدق حتى يمكن الوصول إلى نتائج عملية صادقة ومفيدة. مع ملاحظة أن اسمك الكريم غير مطلوب ذكره على الإطلاق. كما أذكرك أن هذه المعلومات جميعاً ستكون محل تقدير وسرية ولن يطلع عليها أحد سوى الباحث.

مع قبول خالص شكري وتقديري على تعاونكم في سبيل تحقيق الصالح العام.

الباحث

مـــروان علـــي المحمـــدي

م	العبـــــــارة	نعم	لا	لا تكتب هنا
١	لا أتردد أبداً بالتضحية بمصالحي ورغباتي في سبيل رضا وحب الآخرين.			
٢	أؤمن بأن كل شخص يجب أن يسعى دائماً لتحقيق أهدافه بأقصى درجة من الكمال.			
٣	أفضل السعي وراء إصلاح المسيئين بدلاً من عقابهم أو لومهم.			
٤	لا أستطيع أن أقبل نتائج أعمال تأتي على غير ما أتوقع.			
٥	أؤمن بأن كل شخص يستطيع أن يحقق سعادته بنفسه.			
٦	يجب أن لا يشغل الشخص نفسه في التفكير بإمكانية حدوث الكوارث والمخاطر.			
٧	أفضل تجنب الصعوبات بدلاً من مواجهتها.			
٨	من المؤسف أن يكون الإنسان تابعاً للآخرين ومعتمداً عليهم.			
٩	أؤمن بأن ماضي الإنسان يقرر سلوكه في الحاضر والمستقبل.			
١٠	يجب أن لا يسمح الشخص لمشكلات الآخرين أن تمنعه من الشعور بالسعادة.			
١١	اعتقد أن هناك حلاً مثالياً لكل مشكلة لابد من الوصول إليه.			
١٢	إن الشخص الذي لا يكون جدياً ورسمياً في تعامله مع الآخرين لا يستحق احترامهم وتقديرهم.			
١٣	اعتقد أنه من الحكمة أن يتعامل الرجل مع المرأة على أساس العدل.			
١٤	يزعجني أن يصدر عني أي سلوك يجعلني غير مقبول من قبل الآخرين.			
١٥	أؤمن بأن قيمة الفرد ترتبط بمقدار ما ينجز من أعمال حتى وإن لم تتصف بالكمال.			
١٦	أفضل الامتناع عن معاقبة مرتكبي الأعمال الشريرة حتى أتبين الأسباب.			
١٧	أتخوف دائماً من أن تسير الأمور على غير ما أريد.			
١٨	أؤمن بأن أفكار الفرد وفلسفته في الحياة تلعب دوراً كبيراً في شعوره بالسعادة أو التعاسة.			
١٩	أؤمن بأن الخوف من إمكانية حدوث أمر مكروه لا تقلل من احتمال حدوثه.			
٢٠	اعتقد أن السعادة هي في الحياة السهلة التي تخلو من تحمل المسئولية ومواجهة الصعوبات			
٢١	أفضل الاعتماد على نفسي في كثير من الأمور رغم إمكانية الفشل فيها.			
٢٢	لا يمكن للفرد أن يتخلص من تأثير الماضي حتى وإن حاول ذلك.			
٢٣	من غير المعقول أن يحرم الفرد نفسه من السعادة إذا شعر بأنه غير قادر على إسعاد غيره ممن يعانون من الشقاء.			
٢٤	أشعر باضطراب شديد حين أفشل في الحصول على الحل المثالي لما أواجه من مشكلات			
٢٥	يفقد المرء هيبته واحترام الناس له إذا أكثر من المرح والمزاح.			
٢٦	إن تعامل الرجل مع المرأة من منطلق تفوقه عليها يضر في العلاقة التي يجب أن تقوم بينهما.			

م	العبـــــــــارة	نعم	لا	لا تكتب هنا
٢٧	أؤمن بأن رضا جميع الناس غاية لا تدرك.			
٢٨	أشعر بأنه لا قيمة لي إذا لم أنجز الأعمال الموكلة إلي بشكل يتصف بالكمال مهما كانت الظروف			
٢٩	بعض الناس متعودون على الشر والخسة والنذالة ومن الواجب الابتعاد عنهم واحتقارهم.			
٣٠	يجب أن يقبل الإنسان بالأمر الواقع إذا لم يكن قادراً على تغييره.			
٣١	أؤمن بأن الحظ يلعب دوراً كبيراً في مشكلات الناس وتعاستهم.			
٣٢	يجب أن يكون الشخص حذراً ويقظاً من إمكانية حدوث المخاطر.			
٣٣	أؤمن بضرورة مواجهة الصعوبات بكل ما أستطيع بدلاً من تجنبها والابتعاد عنها.			
٣٤	لا يمكن أن أتصور نفسي دون مساعدة من هم أقوى مني.			
٣٥	أرفض أن أكون خاضعاً لتأثير الماضي.			
٣٦	غالباً ما تؤرقني مشكلات الآخرين وتحرمني من الشعور بالسعادة.			
٣٧	من العبث أن يصر الفرد على إيجاد ما يعتبره الحل المثالي لما يواجهه من مشكلات.			
٣٨	لا اعتقد أن ميل الفرد للمداعبة والمزاح يقلل من احترام الناس له.			
٣٩	أرفض التعامل مع الجنس الآخر على أساس المساواة.			
٤٠	أفضل التمسك بأفكاري ورغباتي الشخصية حتى وإن كانت سبباً في رفض البعض لي.			
٤١	أؤمن بأن عدم قدرة الفرد على الوصول إلى الكمال فيما يعمل لا يقلل من قيمته.			
٤٢	لا أتردد في لوم وعقاب من يؤذي الآخرين ويسيء إليهم.			
٤٣	أؤمن بأن كل ما يتمنى المرء يدركه.			
٤٤	أؤمن بأن الظروف الخارجة عن إرادة الإنسان غالباً ما تقف ضد تحقيقه لسعادته.			
٤٥	ينتابني خوف شديد بمجرد التفكير بإمكانية وقوع الحوادث والكوارث.			
٤٦	يسرني أن أواجه بعض المصاعب والمسؤوليات التي تشعرني بالتحدي.			
٤٧	أشعر بالضعف حين أكون وحيداً في مواجهة مسئولياتي.			
٤٨	اعتقد أن الإلحاح على التمسك بالماضي هو عذر يستخدمه البعض لتبرير عدم قدرتهم على التغيير.			
٤٩	من غير الحق أن يسعد الشخص وهو يرى غيره يتعذب.			
٥٠	من المنطق أن يفكر الفرد في أكثر من حل لمشكلاته وأن يقبل بما هو عملي وممكن بدلاً من الإصرار على البحث عما يعتبره حلاً مثالياً.			
٥١	أؤمن بأن الشخص المنطقي يجب أن يتصرف بعفوية بدلاً من أن يقيد نفسه بالرسمية والجدية.			
٥٢	من العيب على الرجل أن يكون تابعاً للمرأة مهما كانت الظروف.			

ملحق رقم (٢)

مقياس وجهة الضبط الداخلي - الخارجي

إعداد بن سيديا

أخي العزيـــز /

صمم هذا الاستبيان لاكتشاف الأسلوب الذي تؤثر به الحوادث على مختلف الأشخاص، ويتألف كل بند من زوج من البدائل أ ، ب.

فالرجاء أن تختار عبارة واحدة فقط من كل زوج تعتقد اعتقاداً جازماً أنها تعبر بصدق عن رأيك.

تأكد من اختيار العبارة التي تجزم أنها حقيقية في واقع الأمر، لا التي تعتقد أنها ينبغي أن تختار أو التي تريدها أن تكون حقيقية.

يقيس هذا المقياس الاعتقاد الشخصي، وفي الحقيقة لست هناك إجابات صحيحة أو خاطئة.

ضع إجابات صحيحة أو خاطئة.

ضع إجابتك أمام أي من أ ، أو ب في كل سؤال من أسئلة الاستبيان.

اكتب اسمك أو أية معلومات أخرى يطلبها منك الباحث في المكان المخصص لذلك.

اقرأ التعليمات ولا تبدأ قبل أن يؤذن لك بذلك.

الرجاء أن تجيب بدقة على هذه البنود دون أن تقضي وقتاً طويلاً على كل بند. ضع علامة (×) على الخط الذي أمام كل من العبارة أ، أو ب حسب اختيارك لأي منها.

قد تجد أحياناً أنك تعتقد في العبارتين، أو لا تعتقد في أي منهما، في هذه الحالة تأكد من اختيار العبارة التي تناسبك أكثر.

الرجاء أن تجيب على كل عبارة بشكل مستقل، ولا تتأثر بإجاباتك السابقة.

تذكر: اختر البديل الذي تعتقد شخصياً انه أصح.

الباحث

مــروان علــي المحمــدي

رقم الفقرة	رمز العبارة	العبارات
١	أ- ( )	يقع الأطفال في متاعب، لأن والديهم يعاقبونهم كثيراً.
	ب- ( )	إن سبب اضطراب الأطفال في الوقت الحاضر يعود إلى تساهل آبائهم في معاملتهم
٢	أ- ( )	إن كثيراً من الأمور غير المحببة في حياة الناس تعود أحياناً إلى سوء الحظ.
	ب- ( )	يعود سوء الحظ إلى الأخطاء التي يرتكبها الناس.
٣	أ- ( )	من أحد الأسباب الرئيسية للحروب هو عدم اهتمام الناس بالسياسة بما فيه الكفاية
	ب- ( )	لن تنتهي الحروب أبداً مهما حاول الناس منعها.
٤	أ- ( )	مهما طال الوقت سينال الناس ما يستحقون بالفعل من احترام.
	ب- ( )	للأسف يضيع حق الفرد سدىً مهما حاول استرجاعه.
٥	أ- ( )	إن فكرة عدم إنصاف المدرسين للطلاب لا معنى لها.
	ب- ( )	درجات معظم الطلاب تكون نتيجة للحظ والصدفة.
٦	أ- ( )	لولا هضم الحقوق لما استطاع المرء أن يكون قائداً مؤثراً.
	ب- ( )	يعود فشل الأفراد المقتدرين في أن يكونوا قادرة إلى عدم استغلالهم للفرص المتاحة لهم.
٧	أ- ( )	لا فائدة من التعلق الشديد بشخص لا يحبك.
	ب- ( )	الذين لا يستطيعون اكتساب محبة الناس؛ لا يعرفون كيف يدبرون أمورهم مع الآخرين.
٨	أ- ( )	تلعب الوراثة دوراً هاماً في تحديد شخصية الفرد.
	ب- ( )	خبرات الناس في الحياة هي التي تحدد ما يكونون عليه.
٩	أ- ( )	لقد علمتني الحياة أن ا لمقدر لابد أن يكون.
	ب- ( )	إيماني بالقدر لا يجعلني عاجزاً عن اتخاذ قرار محدد.
١٠	أ- ( )	نادراً لا يجد الطالب المستعد جيداً للامتحان أسئلة صعبة.
	ب- ( )	في كثير من الأحيان تكون أسئلة الامتحان ليس لها صلة بالمنهج الدراسي مما يجعل الاستذكار قد ضاع هباءً.
١١	أ- ( )	يعتمد النجاح في الحياة على بذل الجهود وليس للحظ إلا نصيب ضئيل فيه؛ أو ليس له دور على الإطلاق.
	ب- ( )	يتوقف الحصول على العمل في أن تكون في المكان المناسب والوقت المناسب.
١٢	أ- ( )	يستطيع الإنسان العادي التأثير في قرارات الآخرين.
	ب- ( )	لا يستطيع الشخص العادي عمل الشيء الكثير لتعديل قرارات الآخرين.

رقم الفقرة	رمز العبارة		العبارات
١٣	أ-	( )	عندما أخطط لشيء ما فإنني غالباً ما أكون متأكداً من تنفيذه.
	ب-	( )	ليس من الحكمة دائماً التخطيط للمستقبل البعيد، لأن كثيراً من الأمور تصبح بصورة أو بأخرى نتيجة للحظ؛ حسناً كان أم سيئاً.
١٤	أ-	( )	هناك بعض الناس سيئين بالفعل.
	ب-	( )	توجد في كل إنسان أشياء حسنة.
١٥	أ-	( )	وصولي إلى أهدافي وتحقيقها لا يعتمد على الحظ إلا قليلاً؛ أو لا يعتمد عليه مطلقاً.
	ب-	( )	في كثير من الحالات يتساوى اتخاذ القرار عن تدبر واتخاذ القرار عن طريق إجراء قرعة.
١٦	أ-	( )	يعتمد الحصول على مركز الرئاسة في أن يكون المرء محظوظاً ومتواجداً في المكان المناسب قبل غيره.
	ب-	( )	يتوقف عمل الناس في الأشياء على القدرة، وليس للحظ إلا دور بسيط أو لا دوره لـه على الإطلاق.
١٧	أ-	( )	في عالمنا هذا يكون معظمنا ضحية لقوىً لا نستطيع فهمها ولا التحكم فيها.
	ب-	( )	يستطيع الناس التحكم في أحداث العالم من خلال إسهامهم بدور نشط في شئون الحياة.
١٨	أ-	( )	معظم الناس لا يستطيعون إدراك المدى الذي تخضع فيه حياتهم لأحداث الصدفة.
	ب-	( )	لا يوجد في الحقيقة شيء أسمه الحظ.
١٩	أ-	( )	ينبغي على المرء أن يكون دائماً مستعداً للاعتراف بأخطائه.
	ب-	( )	من الأفضل دائماً ألا يكشف المرء عن أخطائه.
٢٠	أ-	( )	من الصعب أن تعرف ما إذا كان الآخرون يحبونك بصدق أم لا.
	ب-	( )	يتوقف عدد أصدقائك على ما أنت عليه من لطف حسن خلق.
٢١	أ-	( )	على المدى الطويل نجد أنه يحدث نوع من التوازن بين ما يجري لنا من أمور سيئة وأمـــور حسنة.
	ب-	( )	معظم أنواع سوء الحظ تنتج عن ضعف القدرة أو الجهل أو الكسل أو نتيجة لها جميعاً.
٢٢	أ-	( )	نستطيع ببذل قدر مناسب من الجهد القضاء على الفساد.
	ب-	( )	يصعب على الناس التحكم في الأمور التي يقوم بها الآخرون.

رقم الفقرة	رمز العبارة		العبارات
٢٣	أ-	( )	في بعض الأحيان لا أستطيع أن أفهم كيف توصل المدرسون للدرجات التي يمنحونها للطلاب.
	ب-	( )	هناك علاقة مباشرة بين مقدار ما أبذل من جهد والدرجة التي أحصل عليها.
٢٤	أ-	( )	يتوقع القائد الجيد من الناس أن يقرروا ما ينبغي عليهم أن يفعلوه.
	ب-	( )	القائد الجيد يوضح لكل شخص طبيعة عمله.
٢٥	أ-	( )	غالباً ما أشعر أن لي تأثير ضئيل على الأشياء التي تحدث لي.
	ب-	( )	يستحيل أن اعتقد أن الصدفة أو الحظ لها دور في حياتي.
٢٦	أ-	( )	يعيش بعض الناس منعزلين لأنهم لم يحاولوا أن يكونوا ودودين.
	ب-	( )	لا فائدة من بذلك كثير من الجهد لإرضاء الناس؛ فإن من يحبونك سيفعلون ذلك دون جهد منك.
٢٧	أ-	( )	لا يصيبني إلا ما اقترفت يداي.
	ب-	( )	أشعر في بعض الأحيان أنني لا أملك السيطرة الكافية على الاتجاه الذي تسير فيه حياتي.
٢٨	أ-	( )	لا أستطيع أحياناً أن أفهم لماذا يسلك الآخرون بهذه الطريقة التي يسلكون بها.
	ب-	( )	اعتقد أن المواطنين هم السبب في النهاية عن تصرفات المسئولين السيئة.

Abstract

Name of research: Marwan Ali Al-Mohammadi
Super visor: Dr: Mohammed gamal allail

Department of psychology, university of umm al qura

Title of the thesis: Rational and non-Rational Ideas and their relationship between the internal and external locus of control to a sample of students from teacher's college – Jeddah.

Objectives of the study:

1- To know the rang of publication of rational and non-Rational Ideas among students teacher's college.
2- To find out the state of the relationship between these ideas of the or the two locus of control.
3- To know the differences among students of those who have internal locus of control and those who have external ones in the rational and non-rational ideas.

Tools of the study:

1- Scale of measuring rational and non-rational ideas – Al-Rihani (1985).
2- Scale of measuring internal and external locus of control ibn Sidia (1986).

Sample of the study:

The study is carried out on a sample composed of 243 students from teacher's college, the sample is randomly taken from different fields of study and from different academic levels, the tools of this study were applied in the second semister in the year 2003.

Statistical Method:

The research uses person factors, percentage and t-test to know the differences among students in the rational and non-rational ideas.

Results of the study:

The study concluded on the following results:

A-Afrequncey of non-rational ideas among a group of students which are:

1- Requiring approval. 2- Rash manner.
3- Extra anxiety. 4- Avoiding difficulties and responsibilities.
5- Dependence on others. 6- Requiring complete solutions.
7- Being serous in treating others.

B-There is a positive relation ship between irrational ideas and external locus of control.

C-There is significant difference between external and internal locus of control student in the flowing ideas.

Requiring approval from everyone. 2- Self blaming and blaming of other people.
3- Expecting disasters. 4- Rash manner.
5- Avoiding difficulties and responsibilities. 6- Dependence on others.
7- Being serious in treating others. 8- Filing of disability

D- there is no signicant difference between external and internal locus of control students in the flowing ideas:

Extra anxiety.

1- Being troubled for the problems of other people.
2- Requiring complete and perfect solutions.

E-There are significant differences of among students of internal locus of control and those of external locus of control, these differences are on the behalf of the student between internal locus of control in the following ideas:

1- Requiring personal preferences. 2- Believing that man is superior to woman.

Recommendations:

1- The importance of physical socialization and the cultural systems dominated in the society which is responsible of brining the non-rational ideas.
2- Activating the roles of guidance centers in universities and high institution.
3- Paying attention to mass media to lead families to the best method of children education.